

2025 10 月

就労移行支援事業所・自立訓練事業所（生活訓練）
カルディアこしがや駅前 TEL:048-999-6946
集団ワーク 予定表

■ 集団ワークの目的

実施時間:11:20(11:00)~12:00

- ① コミュニケーションの機会づくり
- ② 新しいことに興味を持つきっかけ
- ③ 来たいと思えるプログラムの提供

※ 他の時間は個人トレーニングです

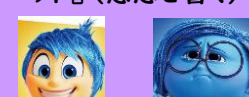
ビジネス・就職活動

メンタル・自己理解

コミュニケーション

運動

創作・生活

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
「ごみ処理場」の見学にて「なぜ、ごみを減らす必要があるのか？」を学び、 清掃活動 にて実行に移すという形で組んでいます。是非とも、両方、ご参加ください！		01 セルフマネジメント 自分の気持ちや行動を上手にコントロールする方法を学びます	02 交流分析 人との関わり方を知り、自分を理解する心理学の方法です	03 AM休み 職員ミーティングのため 12:30からの入室 になります(お弁当あり)	04 トランプの会 ババ抜き カルテット 七並べ等 	05
06 第一工場ごみ処理施設見学(越谷市増林) 13:30~15:00 交通費は実費になります	07 ボードゲーム 協力してクリアを目指すゲームにチャレンジします	08 よしトレ(筋トレ) 	09 ジョハリの窓 自分と相手の見方を四つに分けて、理解を深める考え方です	10 ハラスメントについて 近年、注意が必要になってきた様々なハラスメントについて学びます	11 ボードゲームの会 	12
13 利きチョコ 	14 カルトーク! お題に答えるだけのシンプルなトーク。伝える・知る機会に繋がります	15 金の糸 人生で大切にしてきた想いや、一貫した自分らしさについて考えます	16 ハロウィン装飾 	17 AM休み 職員ミーティングのため 12:30からの入室 になります(お弁当あり)	18 トークdeお茶会 	19 
20 地域清掃活動 	21 ユニバーサルマナー(視覚・聴覚障害) コミュニケーションの方法を実践で行います	22 卓球&アクションボードゲーム大会 	23 報告・連絡・相談 伝えるべきことは何か? タイミング・伝え方について学びます。	24 メモ取りワーク お題を伝えて、必要なことをメモする練習をします	25 芸術の会 	
27 AIワーク 	28 来月の目標決め	29 ハロウィンパーティー 	30 手話 	31 映画鑑賞『インサイド・ヘッド』(感想を書く) 	11月 は「 デフリンピック 」(聴覚障害の方のオリンピック)が東京で開催されます。 東京武道館(綾瀬) へ観戦に行けたらと思っています。事前に、 聴覚障害の方の理解 と共に、 伝える力 ・他者理解について学ぶ機会を作りたいと考えています。	

個人での取り組み

職員と相談の上、内容を決めます。フォローを受けながら取り組むことができます

■ 自己理解

- ・自分の適正、特性を知る
- ・自己管理、病気の理解

■ パソコン

- ・タイピング練習
- ・Word、Excelの基本等

■ ビジネス

- ・ビジネスマナー
- ・報告、連絡、相談。メモ取り

■ メンタルケア

- ・ストレスに関する自己理解
- ・感情のコントロール

■ 集中力の発揮

- ・軽作業、脳トレ等
- ・塗り絵、スクラッチアート

■ 専門学習

- ・資格の勉強
- ・職種等に関わる勉強

■ コミュニケーション

- ・共に傷つかない伝え方
- ・正しい言葉づかい

■ 生活能力

- ・お金、時間の管理
- ・一般常識、SDGs

■ 企業への応募

- ・履歴書、職歴書の作成
- ・面接練習

- ① 安心できる居場所
- ・居心地の良さ
 - ・集中できる環境
 - ・相談（話）ができる相手

① 安心

- ④ 実行する
- ・チャレンジ精神で動く
 - ・試行錯誤する
 - ・着地点を見つける

④ 行動

- ② 安定した生活
- ・生活リズムが整う
 - ・人と場所、通所に慣れる
 - ・楽しむことができる

② 安定

③ 自信

- ③ 自信がつく
- ・意欲が出てくる
 - ・やりたいことを考える
 - ・情報収集をする

③ 自信

