

9:50 ～ 登校

訓練記録記入(予定確認・予定変更の連絡)・体調、身だしなみチェック

10:05 ～ 朝礼

ラジオ体操・連絡事項

10:20 ～ 小グループ活動／個別課題

①調理



・役割確認・軽食作り・片付け

②運動＋ワーク、体験活動



30分ほどの軽い運動
(ウォーキング、動画を観ながらの運動)

③買い物



昼食の食材購入
金額を予想・商品選び・支払い

②ワークや体験活動は曜日によって変わります。

例：(月)園芸、環境整備、(火)ヘルスケア、(水)音読・美文字、(木)ライフスキル、(金)SST、外部でお仕事体験

11:45 ～ 昼食、片付け・昼休み

13:10 ～ 14:20 グループワーク

①～④のいずれか。また月に1,2回の頻度で⑤外出⑥個人面談もあります

①ライフスキル

- ・衣食住
- ・時間の使い方
- ・金銭管理

②ヘルスケア

- ・体調不良時の対処
- ・ストレスケア
- ・睡眠

③SST

- ・アンガーマネジメント
- ・アサーション
- ・トレーニング

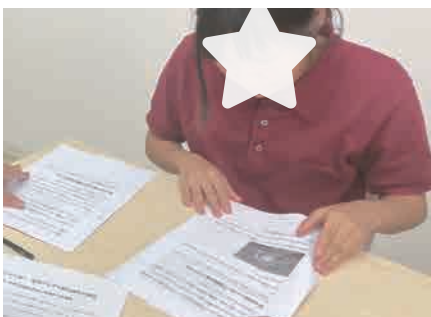
④オフィスワーク

- ・事務作業
- ・ワークサンプル
(MWS)
- ・ビジネスマナー

⑤外出・事業所見学

- ・ショッピングモール
- ・図書館
- ・就労継続支援
A型B型
- ・一般企業など

⑥個人面談



14:20 ～ 清掃

手順書を確認しながら掃除します

14:50 ～ 終礼

訓練記録記入・疲労度チェック・連絡事項伝達