

8月2021

スイッチ・センダイ 予定表

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
26	27	28	29	30	31	1
2	3	4	5	6	7	8
【来所】 10:30~12:00 PC講座 メールマナー	【来所・Zoom】 10:30~12:00 CBT① プレゼンテーション: 認知行動療法とは	 午前は開所しています! ぜひご利用ください! 職員研修のため閉所		【来所】 10:30~12:00 アナログゲーム		
9	10	11	12	13	14	15
祝日 振替休日(山の日)	【来所・Zoom】 10:30~12:00 CBT② 自分の思考・行動 パターン	【来所】 13:15~14:45 コミュニケーション① 自分の見え方(自己の二面性)	【来所】 13:15~14:45 まったりトーク	【来所】 10:30~12:00 簡単ストレッチ		
16	17	18	19	20	21	22
【来所】 13:15~14:15 事務補助実習 (古紙リサイクル分別・他)	【来所・Zoom】 10:30~12:00 CBT③ 気分・思考・行動の関連性	【来所】 13:15~14:45 コミュニケーション② 自分のコミュニケーションスタイル を知ろう!	【来所】 13:15~14:45 アンガーマネジメント	【来所】 10:30~12:00 就活講座① 自己分析①		
23	24	25	26	27	28	29
【来所】 10:30~12:00 PC講座 Word①	【来所・Zoom】 10:30~12:00 CBT④ コラム表を書いてみよう	【来所】 13:15~14:45 コミュニケーション③ 基本的な態度〜コーサイン・ノー コーサイン		【来所】 10:30~12:00 就活講座② 自己分析②		
30	31	メモ				
【来所】 10:30~12:00 PC講座 Word②	【来所・Zoom】 10:30~12:00 CBT⑤ コラム法					
【来所】 13:15~14:15 事務補助実習 (古紙リサイクル分別・他)						

☆活動予定日について、通所活動だけでなく在宅活動も可能です。変更等についてはスタッフにお声がけください。

～講座トピックス～

○アナログゲーム 6日(金)

感染予防対策しながら、アナログゲームを楽しみましょう!

○まったりトーク 12日(木)

参加者同士でゆる〜くおしゃべりします。今月は、その時の参加者の聞きたいことを聞き合うフリーテーマです。進行役が入りますので、コミュニケーションに不安のある方も心配なしです。

○簡単ストレッチ 13日(金)

ストレッチで体をほぐしましょう!動きやすい服装でご参加ください。

○アンガーマネジメント 19日(木)

イライラしたり、カッとなったりして出る衝動的な言動や行動に対し、適切な問題解決やコミュニケーションにつなげるための方法を一緒に考えてみましょう。

※新型コロナウイルス感染予防にご協力ください。今一度、消毒の徹底や3密を避ける、体調管理、在宅活動の活用等、取り組みましょう。

☆企業実習☆

企業の場所を借りて、作業をします。

この実習は、「企業に行き、会社の人と同じ空間に身を置き、作業をする」という体験的な実習です。他の実習に比べ、実習のための準備も少なく参加者の負担を少なくしています。一度に参加できる人数が限られていますので、希望者は必ずお名前を守り、名前を書いてください。締め切り後、人数によって調整させていただくこともあります。

●【ドラックストア実習】

店舗での実習は6月をもって終了となりました。ご参加頂いた皆様、ありがとうございました。

●【パンフレット実習】 1回につき3~5名程度

障害の具体的開示の必要もなく、気軽に参加できます。参加される方は、事前の実習説明をスタッフから受けてください。