

【 2024年 8月 Rickeyクルーズ長町南 <自立訓練> 月間予定表 】

	日	月	火	水	木	金	土
					1	2	余暇プログラム 3
AM					セレクトタイム	ライフスキル 「報連相講座」	謎解きゲーム
PM					室内運動 リラクゼーション	・事業所内清掃 ・つながりッキー (接客応対実習)	/
	4	5	6	7	8	9	余暇プログラム 10
AM		未来は今から始まる	PCタイム	夏祭り	セレクトタイム	ライフスキル 「食生活を見直そう」	スイカ割りを 楽しもう♪
PM		セレクトタイム	ウォーキング 【避難場所確認】	/	市営住宅清掃	事業所内清掃	/
	11	祝日プログラム 12	13	14	15	16	余暇プログラム 17
AM		カラオケに行こう♪	PCタイム	講座 「性格の心理学」	セレクトタイム	ライフスキル 「働くために必要な 体力について」	ハンドメイド作り
PM		/	ウォーキング 【仙台市体育館方面】	/	室内運動 リラクゼーション	・事業所内清掃 ・つながりッキー (接客応対実習)	/
	18	19	20	21	22	23	余暇プログラム 24
AM		未来は今から始まる	PCタイム	講座 「バーチャル企業見学講座」	セレクトタイム	ライフスキル 【上手な話の聞き方】	カレーを食べて 暑い夏を乗り切ろう
PM		セレクトタイム	ウォーキング 【周辺一周】	/	本社清掃	・事業所内清掃 ・オンライン体操教室	/
	25	26	27	28	29	30	余暇プログラム 31
AM		未来は今から始まる	PCタイム	講座 「時間管理の 方法について」	セレクトタイム	ライフスキル 「短所を長所に 変え”たい焼き”」	美術館に行こう♪
PM		セレクトタイム	ウォーキング 【長町駅方面】	/	室内運動 リラクゼーション	・事業所内清掃 ・つながりッキー (接客応対実習)	/

【備考】

- ①土曜/祝日は開所日で余暇プログラムを行います
- ②水曜日は午前開所で「講座」を行います
- ③「フォーマルDAY」はオフィスカジュアルの服装で通所の日です（強制ではありません）
- ④「ハローワークガイド」はハローワーク仙台に求人検索に行きます
- ※各プログラムは自由参加（セルフで個別トレーニングでも可能）です
- ※ウォーキング→雨天・荒天時は室内運動に切り替えて実施します

自立訓練（生活訓練）/ 就労移行支援

Rickeyクルーズ 長町南

☎ 022-748-4620

✉ rickey.c.ngm@mitsui-co.jp