

# 【 2025年 12月 Rickeyクルーズ仙台長町南<自立訓練> 月間予定表 】

	日	月	火	水	木	金	土		
		1	2	3	4	5	余暇プログラム 6		
AM		SST 断る練習をしてみよう	パソコントレーニング	講座: 自己肯定感の高め方	セレクトタイム	ライフスキル より良い睡眠をとろう	ドローン体験会		
PM		セレクトタイム	ウォーキング		・室内運動 ・リラクゼーション	事業所内清掃 つながリッキー接客応対実習			
AM		SST 物事を前向きに考えよう	パソコントレーニング	講座: 会社のルールについて	作業トレーニング	ライフスキル クリスマス飾りを作ろう	ボッチャ		
PM		セレクトタイム	ウォーキング		市営住宅清掃実習	事業所内清掃			
AM		SST コミュニケーション能力を 高めよう	パソコントレーニング	模擬面接講座	セレクトタイム	ライフスキル 好きな物を100個見つけよう	クリスマスパーティー		
PM		セレクトタイム	ウォーキング		・室内運動 ・リラクゼーション	事業所内清掃			
AM		SST 年末年始の過ごし方	パソコントレーニング	Rickeyクルーズ仙台青葉通 スタッフによる交換講座	作業トレーニング	ライフスキル 掃除のコツについて	猫カフェに行こう 🐱		
PM		セレクトタイム	ウォーキング		本社清掃実習	事業所内清掃 つながリッキー接客応対実習			
AM		年越しイベント	年末年始休養	年末年始休業～1/4					
PM		セレクトタイム							
		【備考】 ①土曜/祝日は開所日で余暇プログラムを行っています ②水曜日は午前開所で「講座」を行います(月によって内容が変わります) 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) ※各プログラムは自由参加(セルフで個別トレーニングも可能)です ※ウォーキング→雨天・荒天時は室内運動 ※「つながリッキー」とは外部にて接客対応に関する実習を地域交流を兼ねて行います				株式会社ミツイ 自立訓練(生活訓練)/就労移行支援			
AM						<b>Rickeyクルーズ</b> 仙台長町南			
PM						☎ 022-748-4620	✉ rickey.c.ngm@mitsui-co.jp		