

せいかつしえん かい
生活支援セミナー わーくる会

これからの生活や、就職をした後の必要なことをいっしょに考えてみませんか。

【日程】 【場所】 ふっとわーく 【時間】 : 10:00~11:30 【きがるこ】 お気軽にお越しください。

せいかつへん
【生活編】

かい さい にち 開催日	こう もく 項目	ない よう 内容	たんとう 担当
5/27 (土)	イケメンと、たのしく ウォーキング♪	ウォーキングにってみよう?♪みんなで楽しもう! 健康的にあるいて初夏を楽しむ。	
6/10 (土)	イケメンと、たのしく ストレッチ♪	あそんでたのしく体をうごかしてみよう♪ 運動不足を解消する。	
6/24 (土)	グループホームってなに?	グループホームってどんなところ? 自分の将来を考えてみる。簡単なホームの説明等。	
7/8 (土)	1人ぐらしの♡ひみつ	1人暮らしをしている人の話を聞いてみよう 1人暮らしのためにはなにが必要か考える。	
7/22 (土)	モテモテ♡こうざ(1)	開運?そうじのしかた♪運気があがりますよ。 簡単な掃除の仕方を覚える。	
8/5 (土)	モテモテ♡こうざ(2)	歯磨きのしかたは大丈夫?イメージアップをしよう! 普段の歯磨きを自己チェックしてみる。	
9/9 (土)	でんしゃ 電車でゴー☆	おいしいランチをたべにいこう♪ 交通機関を使い外出とお金の使い方を学ぶ。	
9/23 (土)	りょうりだいけん お料理体験(1)	おいしいメニューを考えてみる♪ 料理を作るまでの過程を学ぶ。	
10/14 (土)	りょうりだいけん お料理体験(2)	楽しい料理♪みんなで料理(*^。^*)しよう♪ 計画した料理をみんなで作る。	
10/28 (土)	モテモテ♡こうざ(3)	お風呂に入っってのんびりしよう♫ 入浴で上手な洗髪や体の洗い方をマスターする。	
11/11 (土)	モテモテ♡こうざ(4)	おけししょうをしてステキな人になっちゃうぞ♪ 女性はお化粧、男性は髭剃りなどを学ぶ。	
11/25 (土)	モテモテ♡こうざ(5)	洋服の選び方・色?合わせ方?をやってみよう。 洋服のセンスを磨く。	
12/9 (土)	モテモテ♡こうざ(6)	クリスマスプレゼントを作ろう! クリスマスカードやラッピングを手作りしてみる。	
12/23 (土)	モテモテ♡こうざ(7)	ホテル♡メールの返し方?をおぼえよう。 上手なメールの方法をおぼえる。	
1/13 (土)	イケメンと、たのしく ストレッチ♪	たのしく体をうごかしてみよう♪ 冬の運動不足解消をする。	
2/10 (土)	スマートフォンの使い方	電話の使い方をしろう 正しく楽しい使い方を知って覚えよう。	
2/24 (土)	おしゃれをして写真をとろう	今年の振り返りと、次年度何をやりたいか?(アンケート) 本人さんの振り返りと今後やりたいことを聞く。	

都合により、内容や職員が変更する場合があります。