

## 【前期】就労強化プログラム表

※プログラムの日程や内容は変更になる場合があります

| 回数 | 日付    | 実施時間            | 概要          | 内容                                      |
|----|-------|-----------------|-------------|---|
| 1  | 4月19日 | 14:30~<br>15:20 | オリエンテーション   | ・就労強化プログラムに関する説明。「就労」に対する自分の思いを話しあう。    |
| 2  | 5月24日 | 14:30~<br>15:20 | 体調の自己コントロール | ・働き続けるために必要なセルフケア。疲労のサイン・自分に合った対処方を考える。 |
| 3  | 6月21日 | 14:30~<br>15:20 | 働くための身だしなみ  | ・基本的な身だしなみの必要性。身だしなみの自己チェック。清潔感の大切さ。    |
| 4  | 未定    | 未定              | 企業見学        | ・実際に企業を見学して、働くイメージを作る                   |
| 5  | 7月19日 | 14:30~<br>15:20 | ストレスコーピング   | ・ストレスへの対処と解消法を知る。気持ちに折り合いをつける。          |
| 6  | 8月23日 | 14:30~<br>15:20 | 働くときの態度     | ・作業態度、働くときの適切な態度。                       |
| 7  | 9月20日 | 14:30~<br>15:20 | まとめ・振り返り    | ・前期のまとめ・前期の内容を振り返ってみての感想                |