









社会福祉法人木の芽福祉会 「リ切尔カ」 実習スケジュール

	月	火	水	木	金
9:30~	朝の会				
午前 10:00~ 12:00	研究・調査	就 労	日常生活	参加・訪問	研究・調査
	<p style="text-align: center;">オリエンテーション</p> <p style="text-align: center;">「リ切尔カ」の内容を説明します。自己紹介として趣味・興味があることを教えてください★この1週間を一緒に考えよう！</p> 	<p style="text-align: center;">就労にチャレンジ</p> <p style="text-align: center;">同じ建物内にある就労継続支援B型「御影倶楽部」の作業にチャレンジ！</p> 	<p style="text-align: center;">自炊をしてみよう</p> <p style="text-align: center;">レトルト・冷凍食品を使い、包丁などを使わずに自分で食事を用意する体験。買い物から行こう！</p> 	<p style="text-align: center;">ご近所散策</p> <p style="text-align: center;">阪神御影駅周辺を散策しながらその日の昼食も購入♪</p> 	<p style="text-align: center;">好きなことを発表しよう</p> <p style="text-align: center;">自分の「好きなこと」について10分くらいにまとめて、発表にチャレンジ！</p> 
12:00~ 13:00	お 昼 休 み				
午後 13:00~ 15:00	教 養	教 養	スポーツ・健康	日常生活	研究・調査
	<p style="text-align: center;">社会生活</p> <p style="text-align: center;">自分の周りにある「社会」について一緒に考えよう。</p> 	<p style="text-align: center;">パソコンに触れてみよう</p> <p style="text-align: center;">みんながよく知っている身近なことをテーマにして、楽しくパソコンに触れよう。</p>	<p style="text-align: center;">体を動かそう</p> <p style="text-align: center;">「YouTubeでヨガ」、そして「卓球」で気分転換をしよう♪</p> 	<p style="text-align: center;">数字遊び</p> <p style="text-align: center;">数字のゲームやクイズなど、遊び感覚で数字を楽しもう☆</p> 	<p style="text-align: center;">ふりかえり</p> <p style="text-align: center;">この1週間をふりかえり、できたこと・できなかったことを考えたり、感想を話そう！</p>
15:00~	お 掃 除 ・ 終わりの会 (一日のふりかえり・次の日のプログラムについての話)				

目的：「楽しい」「おもしろい」を体験し、「もっとやりたい」「もっと体験したい」の気持ちを引き出す。

		カテゴリー	プログラム	目的
月	午前	研究・調査	オリエンテーション	この実習を実りあるものにするため、「リチエルカ」の事業目的や訓練の概要を知っていただきます。
	午後	教養	社会生活	学校で習う「社会」とは違った、身近な「社会」を考えます。 また、実習生の各自の意見や気持ちも伺います。
火	午前	就労	就労にチャレンジ	リチエルカ卒業後の選択肢となる様々な事業所を2年の間に体験していただきます。 今回の実習ではそのうちの1つ、「就労B型」を体験します。
	午後	教養	パソコンに触れてみよう	身近な物事を通してパソコンに触れ、パソコンのおもしろさを感じていただきます。
水	午前	日常生活	自炊をしてみよう	いざという時に自分一人で食事の準備ができるような体験をしていただきます。 買い物や片付けも体験します。
	午後	スポーツ・健康	体を動かそう	体を動かすと気持ちがすっきりして、気分転換になることを体感します。 運動することの楽しさや大切さを学びます。
木	午前	参加・訪問	ご近所散策	お出かけをするときの時間配分を学んだり、お店の人と挨拶をする体験をします。 食べたい昼食を自分で選び、自分のお金で購入してもらいます。
	午後	日常生活	数字遊び	「数字が苦手」「数字が大好き」、様々な方がおられますが、ゲームやクイズを通して数字に触れる事で、「数字っておもしろい」と思ってもらえるプログラムです。
金	午前	研究・調査	好きなことを発表しよう	興味があることを発表して人へ伝えるという作業を体験します。また発表を聞いて、他の人の考え方や思いが自分とは違い、様々なだということを学びます。
	午後	研究・調査	ふりかえり	この1週間を共にふりかえり、自分のことをゆっくりと考える時間を作ります。

保護者の方へ どの曜日・どの時間も見学自由です！ご家族お誘い合わせのうえ是非お越しください☆