

# 1月の予定表

	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7	日 8
午前 (10:30～12:00)			もくひょう せつてい 目標設定 naturaレターを つく 作ろう	はつもうで 初詣	かいしゃ いちにち 会社の一日		
午後 (13:15～14:40)			じ へいかん 12時閉館	こべつ 個別 トレーニング	こべつ 個別 トレーニング		
	9	10	11	12	13	14	15
午前 (10:30～12:00)	せいじん ひ 成人の日	こべつ 個別 面談日	しんりこうざ 心理講座 (コラム表③)	がい ぶじゅちゆう さぎょう 外部受注作業 あてな は 宛名ラベル貼り・ ふうにゆう さぎょう など 封入作業等	がい ぶじゅちゆう さぎょう 外部受注作業 あてな は 宛名ラベル貼り・ ふうにゆう さぎょう など 封入作業等		
午後 (13:15～14:40)			じ へいかん 12時閉館	がい ぶじゅちゆう さぎょう 外部受注作業 あてな は 宛名ラベル貼り・ ふうにゆう さぎょう など 封入作業等	がい ぶじゅちゆう さぎょう 外部受注作業 あてな は 宛名ラベル貼り・ ふうにゆう さぎょう など 封入作業等		
	16	17	18	19	20	21	22
午前 (10:30～12:00)	じ こりかい 自己理解 おくのせんせい 奥野先生 10:30～11:15	じゅちゆう さぎょう 受注作業 (センター業務) おりこみ 折込・ ふうにゆう さぎょう など 封入作業等	しんりこうざ 心理講座 (コラム表④)	しゅうかつこうざ 就活講座 ごどうめんせつかい 合同面接会について	かいしゃ いちにち 会社の一日		
午後 (13:15～14:40)	こべつ 個別 トレーニング	こべつ 個別 トレーニング	じ へいかん 12時閉館	ストレッチ ひらいでせんせい 平出先生 14:00～15:00	こうざ PC講座 きほん エクセル基本		
	23	24	25	26	27	28	29
午前 (10:30～12:00)	じ こりかい 自己理解 おくのせんせい 奥野先生 10:30～11:15	スポーツ たつきゅう たつきゅう (卓球&卓球パレー) しんかわ かん 新川さくら館 10:00～12:00	きょういく キャリア教育	こべつ 個別 面談日	じ む てつづ 事務手続き & フリートーク		
午後 (13:15～14:40)	こべつ 個別 トレーニング	こべつ 個別 トレーニング	じ へいかん 12時閉館		かいしゃ いちにち 会社の一日		
	30	31					
午前 (10:30～12:00)	じ こりかい 自己理解 おくのせんせい 奥野先生 10:30～11:15	かいしゃ いちにち 会社の一日					
午後 (13:15～14:40)	こべつ 個別 トレーニング	こべつ 個別 トレーニング					

## ☆講座紹介☆

会 社 の 一 日：会社の模擬訓練です。挨拶に始まり、上司の指示を受けて業務を行います。報告・連絡・相談や、休憩の取り方も学びます。

各 種 パ ソ コ ン 講 座：Word・Excelの基本操作を学んだり、検定試験に挑戦したりします。

心 理 講 座：不快な感情に振り回されない自分らしい姿を目指します。

自 己 理 解 講 座：自身の症状を把握し、伝えること、適切な支援を求めることを目指します。

ス ポ ー ツ ・ ス ト レ ッ チ：疲労度の把握やリラククス方法の習得を目的に行います。

個 別 ト レ ー ニ ン グ：個々の課題に応じて職員と相談しながら訓練内容を決定し、行います。

※他に、ビジネスマナー、就職活動関連講座など、月ごとに様々な講座を行います。