

時間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	2	3	4	5	6	7
10:00～10:10	朝礼・ラジオ体操	朝礼・ラジオ体操	朝礼・ラジオ体操	朝礼・ラジオ体操	朝礼・ラジオ体操	【特別プログラム】
10:10～10:50	体幹トレーニング /ウォーキング	ゆるふわ体操 /ウォーキング	ヨガ /ウォーキング	吉岡流ストレッチ /ウォーキング	YKダンス /ウォーキング	
11:10～12:00	就労プログラム (自己PRの作成)	PC訓練	e-ラーニング /PC訓練	ビジネスマナー (席次のルール)	美容講座(ネイルケア) /PC訓練	
	ランチ休憩	ランチ休憩	ランチ休憩	ランチ休憩	ランチ休憩	
13:00～13:50	グループワーク (自己紹介)	PC訓練 /ハンドクラフト	e-ラーニング /PC訓練	コミュニケーション (アサーション5)	自己理解 (リフレーミング2)	
14:00～14:50	PC訓練	PC訓練 /ハンドクラフト	PC訓練/電話対応	コミュニケーション (アサーション5)	PC訓練	
14:50～15:00	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	
	9	10	11	12	13	14
10:00～10:10	朝礼・ラジオ体操	朝礼・ラジオ体操	朝礼・ラジオ体操	朝礼・ラジオ体操	朝礼・ラジオ体操	
10:10～10:50	体幹トレーニング /ウォーキング	ゆるふわ体操 /ウォーキング	ヨガ /ウォーキング	吉岡流ストレッチ /ウォーキング	YKダンス /ウォーキング	
11:10～12:00	就労プログラム (職歴を振り返る)	美文字講座	e-ラーニング /PC訓練	ビジネスマナー (メモの取り方)	吉岡流身だしなみ講座	
	ランチ休憩	ランチ休憩	ランチ休憩	ランチ休憩	ランチ休憩	
13:00～13:50	グループワーク (逆引きクイズ)	PC訓練 /ハンドクラフト	e-ラーニング /PC訓練	PC訓練 /特別Excel講座	ストレスケア (精神を安定させるために)	
14:00～14:50	PC訓練	PC訓練 /ハンドクラフト	PC訓練/電話対応	PC訓練	PC訓練	
14:50～15:00	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	
	16	17	18	19 フォーマルデイ	20	21
10:00～10:10	敬老の日	朝礼・ラジオ体操	朝礼・ラジオ体操	朝礼・ラジオ体操	朝礼・ラジオ体操	
10:10～10:50		ゆるふわ体操 /ウォーキング	ヨガ /ウォーキング	吉岡流ストレッチ /ウォーキング	YKダンス /ウォーキング	
11:10～12:00		PC訓練	e-ラーニング /PC訓練	ビジネスマナー (ハラスメント)	美容講座(ネイルケア) /PC訓練	
		ランチ休憩	ランチ休憩	ランチ休憩	ランチ休憩	
13:00～13:50		PC訓練 /ハンドクラフト	e-ラーニング /PC訓練	軽作業実践	ストレスケア (睡眠と運動について)	
14:00～14:50		PC訓練 /ハンドクラフト	PC訓練/電話対応	軽作業実践	PC訓練	
14:50～15:00		終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	
	23	24	25	26	27	28
10:00～10:10	振替休日	朝礼・ラジオ体操	朝礼・ラジオ体操	朝礼・ラジオ体操	朝礼・ラジオ体操	【特別プログラム】
10:10～10:50		ゆるふわ体操 /ウォーキング	ヨガ /ウォーキング	吉岡流ストレッチ /ウォーキング	YKダンス /ウォーキング	
11:10～12:00		美文字講座	e-ラーニング /PC訓練	ビジネスマナー (職場のルール)	美容講座(秋バテ対策) /PC訓練	
		ランチ休憩	ランチ休憩	ランチ休憩	ランチ休憩	
13:00～13:50		PC訓練 /ハンドクラフト	e-ラーニング /PC訓練	PC訓練 /特別Word講座	WEB面接対策	
14:00～14:50		PC訓練 /ハンドクラフト	PC訓練/電話対応	PC訓練	PC訓練	
14:50～15:00		終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	
	30	<p>◎お知らせ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・9月の土曜開所日は7日、28日です。 ・フォーマルデイは19日(木)です。 				
10:00～10:10	朝礼・ラジオ体操					
10:10～10:50	体幹トレーニング /ウォーキング					
11:10～12:00	就労プログラム (企業が求める人材)					
	ランチ休憩					
13:00～13:50	グループワーク (PRしよう)					
14:00～14:50	PC訓練					
14:50～15:00	終礼・清掃					