

時間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	2 フォーマルデイ	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	
10:10 ~ 10:50	ヨガストレッチ	体幹トレーニング / ウォーキング	椅子ストレッチ / ウォーキング	オヤケン運動 / ウォーキング	エクササイズ / ウォーキング	
11:10 ~ 12:00	オープニング セレモニー	PC 訓練 / e-ラーニング	ビジネスマナー (ビジネスメール)	グループワーク	美容講座 (ムダ毛ケアどこまで?) / 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	映画上映会	SST (上手に叱られるコツ)	PC 訓練 / e-ラーニング	ステップアップ講座 (防災クイズ)	就労プログラム (企業が求める人材)	
14:00 ~ 14:50	映画上映会	SST (上手に叱られるコツ)	PC 訓練 / 電話対応	PC 訓練 / e-ラーニング	就労プログラム (企業が求める人材)	
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	【特別プログラム】 Google スプレッドシートとは
10:10 ~ 10:50	ヨガストレッチ / ウォーキング	体幹トレーニング / ウォーキング	椅子ストレッチ / ウォーキング	オヤケン運動 / ウォーキング	エクササイズ / ウォーキング	
11:10 ~ 12:00	ビジネスマナー (情報管理)	PC 訓練 / e-ラーニング	ビジネスマナー (職場での振る舞い)	グループワーク	美容講座 (匂いケア) / 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	PC 訓練 / ハンドクラフト	SST (アンガーマネジメント)	PC 訓練 / e-ラーニング	ステップアップ講座 (コーピングリスト)	就労プログラム (できる仕事・やりたい仕事)	
14:00 ~ 14:50	グループワーク	SST (アンガーマネジメント)	PC 訓練 / 電話対応	PC 訓練 / e-ラーニング	就労プログラム (できる仕事・やりたい仕事)	
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	20	21
10:00 ~ 10:10	【特別プログラム】 HANEDA presents ワークショップ 2ndB. with IIDA	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	椅子ストレッチ / ウォーキング	オヤケン運動 / ウォーキング	エクササイズ / ウォーキング	
11:10 ~ 12:00		PC 訓練 / e-ラーニング	ビジネスマナー (話す姿勢・聞く姿勢)	グループワーク	美容講座 (アンチエイジング) / 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		SST (同じ視点に立つ)	PC 訓練 / e-ラーニング	ステップアップ講座 (ちょっとした一言 Ver.2)	就労プログラム (オープン・クローズ)	
14:00 ~ 14:50		SST (同じ視点に立つ)	PC 訓練 / 電話対応	避難訓練	就労プログラム (オープン・クローズ)	
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	【特別プログラム】 秋のパーティー	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	椅子ストレッチ / ウォーキング	オヤケン運動 / ウォーキング	エクササイズ / ウォーキング	
11:10 ~ 12:00		PC 訓練 / e-ラーニング	ビジネスマナー (オフィスカジュアル匙加減)	グループワーク	美容講座 (Autumn2024) / 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		SST (発信する)	PC 訓練 / e-ラーニング	ステップアップ講座 (受け流す)	みんなの発表会	
14:00 ~ 14:50		SST (発信する)	PC 訓練 / 電話対応	PC 訓練 / e-ラーニング	みんなの発表会	
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・祝日開所日は14日(土)、16日(月)、23日(月)です。 ・フォーマルデイは2日(月)です。 				
10:00 ~ 10:10	朝礼・ラジオ体操					
10:10 ~ 10:50	ヨガストレッチ / ウォーキング					
11:10 ~ 12:00	ビジネスマナー (実務総合)					
	ランチ休憩					
13:00 ~ 13:50	PC 訓練 / ハンドクラフト					
14:00 ~ 14:50	グループワーク					
14:50 ~ 15:00	終礼・清掃					