

時間		火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		1	2	3	4	5
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	
10:10～10:50		ダンスサイズ / ウォーキング	I.Ks トレーニング / ウォーキング	マインドフルネス motion / ウォーキング	ストレッチ / ウォーキング	
11:10～12:00		PC 訓練 / 模擬面接	美容講座実践 (ネイル)	PC 訓練	ビジネスマナー (メモの取り方)	
		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	PC 訓練	SST (上手に断る)	PC 訓練 / ハンドクラフト	
14:00～14:50		PC 訓練 / ハンドクラフト	PC 訓練 / 電話対応	SST (上手に断る)	PC 訓練 / ハンドクラフト	
14:50～15:00		終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	
	7	8	9	10	11	12
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	TK- フローヨガ / ウォーキング	ダンスサイズ / ウォーキング	I.Ks トレーニング / ウォーキング	マインドフルネス motion / ウォーキング	ストレッチ / 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 / 模擬面接	PC 訓練	PC 訓練	ビジネスマナー (報告・連絡・相談)	
	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	PC 訓練 / ハンドクラフト	美容講座実践 (ポイントメイク)	ステップアップ講座 (価値観とライフスタイル)	グループワーク	
14:00～14:50	PC 訓練	PC 訓練 / ハンドクラフト	PC 訓練 / 電話対応	ステップアップ講座 (価値観とライフスタイル)	グループワーク	
14:50～15:00	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	
	14	15	16	17	18	19
10:00～10:10	[特別プログラム]	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		ダンスサイズ / ウォーキング	I.Ks トレーニング / ウォーキング	マインドフルネス motion / ウォーキング	ストレッチ / ウォーキング	
11:10～12:00		PC 訓練 / 模擬面接	PC 訓練	PC 訓練	ビジネスマナー (情報の取扱い)	
		ランチ休憩	市役所販売会	ランチ休憩	ランチ休憩	
13:00～13:50		PC 訓練 / ハンドクラフト	PC 訓練	自己理解 (働く上での強みと弱み)	軽作業 / PC 訓練	
14:00～14:50		PC 訓練 / ハンドクラフト	PC 訓練	自己理解 (働く上での強みと弱み)	PC 訓練	
14:50～15:00		終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	
	21 フォーマルデイ	22	23	24	25	26
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	TK- フローヨガ / ウォーキング	ダンスサイズ / ウォーキング	I.Ks トレーニング / ウォーキング	マインドフルネス motion / ウォーキング	ストレッチ / ウォーキング	
11:10～12:00	就労プログラム (志望動機の作成)	PC 訓練 / 模擬面接	美容講座 (オフィスカジュアル)	PC 訓練	ビジネスマナー (電話対応)	
	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	PC 訓練 / ハンドクラフト	PC 訓練	PC 訓練 / ハンドクラフト	避難訓練	
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 / ハンドクラフト	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	
	28	29	30	31	◎お知らせ ・10月の祝日開所日は14日(月)です。 ・柏市役所販売会は、16日(水)です。 ・フォーマルデイは21日(月)です。	
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		
10:10～10:50	TK- フローヨガ / ウォーキング	ダンスサイズ / ウォーキング	I.Ks トレーニング / ウォーキング	マインドフルネス motion / ウォーキング		
11:10～12:00	就労プログラム (就労・定着支援)	PC 訓練 / 模擬面接	美容講座 (スキンケア)	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	PC 訓練 / ハンドクラフト	PC 訓練	みんなの発表会♪		
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		
14:50～15:00	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃		