

時間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
						1
10:00 ~ 10:10	◎お知らせ ・2月の祝日開所日は11日(火)、24日(月)です。 ・フォーマルデイは12日(水)です。					
10:10 ~ 10:50						
11:10 ~ 12:00						
13:00 ~ 13:50						
14:00 ~ 14:50						
14:50 ~ 15:00						
	3	4	5	6	7	8
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 / ウォーキング	体幹トレーニング / ウォーキング	レッツアミーゴス / ウォーキング	オヤケンリラックス / ウォーキング	アクティブレスト / ウォーキング	
11:10 ~ 12:00	ビジネスマナー (ビジネスメール)	PC 訓練 / e-ラーニング	ビジネスマナー (敬語)	PC 訓練 / e-ラーニング	美容講座 (The 腸活) / 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 / e-ラーニング	SST (適切なタイミング)	PC 訓練 / e-ラーニング / ハンドクラフト	PC 訓練 / e-ラーニング	就労プログラム (自己理解)	
14:00 ~ 14:50	グループワーク	SST (適切なタイミング)	PC 訓練 / 電話対応	ステップアップ講座 (ポジティブ変換)	就労プログラム (自己理解)	
14:50 ~ 15:00	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	
	10	11	12 フォーマルデイ	13	14	15
10:00 ~ 10:10	朝礼・ラジオ体操	【特別プログラム】 バレンタイン スペシャル♥	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 / ウォーキング		椅子アミーゴス / ウォーキング	オヤケンリラックス / ウォーキング	アクティブレスト / ウォーキング	
11:10 ~ 12:00	ビジネスマナー (名刺交換【応用】)		ビジネスマナー (メンテナンスで差をつけよう)	PC 訓練 / e-ラーニング	美容講座 (バレンタイン) / 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 / e-ラーニング		PC 訓練 / e-ラーニング / ハンドクラフト	PC 訓練 / e-ラーニング	就労プログラム (障害について)	
14:00 ~ 14:50	グループワーク		PC 訓練 / 電話対応	ステップアップ講座 (職場での困難場面に備える)	就労プログラム (障害について)	
14:50 ~ 15:00	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃		
	17	18	19	20	21	22
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 / ウォーキング	体幹トレーニング / ウォーキング	レッツアミーゴス / ウォーキング	オヤケンリラックス / ウォーキング	アクティブレスト / ウォーキング	
11:10 ~ 12:00	ビジネスマナー (身だしなみ)	PC 訓練 / e-ラーニング	ビジネスマナー (あいさつの基本)	PC 訓練 / e-ラーニング	美容講座 (ネイルについて) / 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 / e-ラーニング	SST (ゴーサイン・ノーゴーサイン)	PC 訓練 / e-ラーニング / ハンドクラフト	PC 訓練 / e-ラーニング	就労プログラム (ハローワーク求人検索)	
14:00 ~ 14:50	グループワーク	SST (ゴーサイン・ノーゴーサイン)	PC 訓練 / 電話対応	ステップアップ講座 (持ち物の整理整頓)	就労プログラム (ハローワーク求人検索)	
14:50 ~ 15:00	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	
	24	25	26	27	28	
10:00 ~ 10:10	【特別プログラム】 春を感じよう	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	レッツアミーゴス / ウォーキング	オヤケンリラックス / ウォーキング	アクティブレスト / 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 (【実務】総合)	PC 訓練 / e-ラーニング	美容講座 (乾燥対策) / 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		SST (人との距離感)	PC 訓練 / e-ラーニング / ハンドクラフト	PC 訓練 / e-ラーニング	みんなの発表会	
14:00 ~ 14:50		SST (人との距離感)	PC 訓練 / 電話対応	ステップアップ講座 (ライフキャリアプラン)	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		