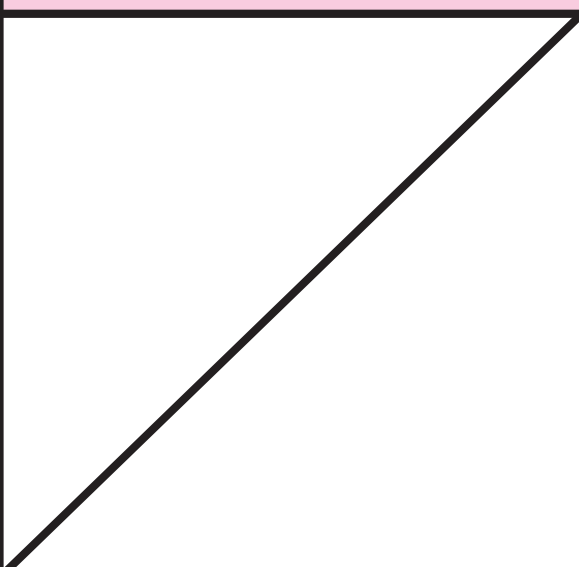


時 間	月 曜 日	火 曜 日	水 曜 日	木 曜 日	金 曜 日	土 曜 日
	2	3	4	5	6	7
10:00 ～ 10:10	朝礼・ラジオ体操	朝礼・ラジオ体操	朝礼・ラジオ体操	朝礼・ラジオ体操	朝礼・ラジオ体操	
10:10 ～ 10:50	ヨガ / ウォーキング	発声・活舌 / ウォーキング	楽しい運動 / ウォーキング	ヨガ / ウォーキング	太極拳 / ウォーキング	
11:10 ～ 12:00	PC 訓練	PC 訓練	PC 訓練	PC 訓練	ビジネスマナー (挨拶)	
	ランチ休憩	ランチ休憩	ランチ休憩	ランチ休憩	ランチ休憩	
13:00 ～ 13:50	PC 訓練	PC 訓練	PC 訓練	PC 訓練	デジタルスキル講座	
14:00 ～ 14:50	PC 訓練	就労プログラム (就活の心構え)	PC 訓練 / 電話応対	PC 訓練	デジタルスキル講座	
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】
10:10 ～ 10:50	ヨガ / ウォーキング	発声・活舌 / ウォーキング	楽しい運動 / ウォーキング	ライトな筋トレ / ウォーキング	太極拳 / ウォーキング	
11:10 ～ 12:00	PC 訓練	PC 訓練	PC 訓練	PC 訓練	ビジネスマナー (情報の取り扱い)	
	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	事務スキル訓練	PC 訓練	PC 訓練	PC 訓練	デジタルスキル講座	
14:00 ～ 14:50	事務スキル訓練	就労プログラム (面接対策①)	PC 訓練 / 電話応対	PC 訓練	デジタルスキル講座	
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	
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 / ウォーキング	発声・活舌 / ウォーキング	楽しい運動 / ウォーキング	ライトな筋トレ / ウォーキング	太極拳 / ウォーキング	
11:10 ～ 12:00	PC 訓練	PC 訓練	ストレスマネジメント	PC 訓練	ビジネスマナー (来客対応)	
	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	PC 訓練	SST (会話術)	デジタルスキル講座	
14:00 ～ 14:50	PC 訓練	就労プログラム (面接対策②)	PC 訓練 / 電話応対	SST (会話術)	デジタルスキル講座	
14:50 ～ 15:00	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	
	23	24	25 フォーマルデイ	26	27	28
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 / ウォーキング	発声・活舌 / ウォーキング	ストレッチ	ライトな筋トレ / ウォーキング	太極拳 / ウォーキング	
11:10 ～ 12:00	PC 訓練	PC 訓練	PC 訓練	PC 訓練	ビジネスマナー (オンラインのマナー)	
	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	事務スキル訓練	PC 訓練	PC 訓練	PC 訓練	デジタルスキル講座	
14:00 ～ 14:50	事務スキル訓練	就労プログラム (面接対策③)	PC 訓練 / 電話応対	PC 訓練	デジタルスキル講座	
14:50 ～ 15:00	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	
	30	◎お知らせ				
10:00 ～ 10:10	朝礼・ラジオ体操					
10:10 ～ 10:50	ヨガ / ウォーキング					
11:10 ～ 12:00	PC 訓練					
	ランチ休憩					
13:00 ～ 13:50	ステップアップ講座 (職場での困惑場面に備える)					
14:00 ～ 14:50	ステップアップ講座 (職場での困惑場面に備える)	・遅刻や欠席等、スケジュールに変更がある場合はご連絡をお願いします。				
14:50 ～ 15:00	終礼・清掃					
・6月の土曜開所日は14日です。						
・フォーマルデイは25日(水)です。						
・訓練に参加する際は、時間を守った行動をしましょう。						