

時 間	月 曜 日	火 曜 日	水 曜 日	木 曜 日	金 曜 日	土 曜 日
	◎お知らせ ・ 11 月の土曜・祝日開所日は 3 日(月)、8日(土)、9日(日)、24日(月) です。 ・ フォーマルデイは 20 日(木)です。					1
10:00 ～ 10:10						
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	【特別プログラム】 帰れま 10 リターンズ	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】 & 【販売会】 佐倉産業大博覧会 @ 佐倉草ぶえの丘
10:10 ～ 10:50		ゆるふわ体操 / ウォーキング	やすらぎヨガ / ウォーキング	吉岡流ストレッチ / ウォーキング	ヨガ / ウォーキング	
11:10 ～ 12:00		PC 訓練	ストレスケア (齊藤スペシャルポジティブ講座)	ビジネスマナー (カタカナ語)	美容講座 (アイブロウ) /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 Excel 講座	コミュニケーション (すごくコミュニケーション)	
14:00 ～ 14:50		PC 訓練 / ハンドクラフト	PC 訓練 / 電話応対	PC 訓練	e- ラーニング /PC 訓練	
14:50 ～ 15:00		終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	
	10	11	12	13	14	15
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	宮下エクササイズ / ウォーキング	ゆるふわ体操 / ウォーキング	やすらぎヨガ / ウォーキング	吉岡流ストレッチ / ウォーキング	ヨガ / ウォーキング	
11:10 ～ 12:00	就労プログラム (企業研究)	美文字講座	就労プログラム SP (面接対策)	ビジネスマナー (報告・連絡・相談)	美容講座 (オフィスネイル) /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 (順番に並べましょう)	PC 訓練 / ハンドクラフト	e- ラーニング /PC 訓練	軽作業実践(事務系)	コミュニケーション (上手に頼み事をする)	
14:00 ～ 14:50	PC 訓練	PC 訓練 / ハンドクラフト	PC 訓練 / 電話応対	PC 訓練	e- ラーニング /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	
	17	18	19	20 フォーマルデイ	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	宮下エクササイズ / ウォーキング	ゆるふわ体操 / ウォーキング	やすらぎヨガ / ウォーキング	吉岡流ストレッチ / ウォーキング	ヨガ / 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	自己理解 (短所から長所をさぐろう！)	ビジネスマナー (電話応対)	美容講座 (冷え対策) /PC 訓練	
	ランチ休憩	ランチ休憩	ランチ休憩	ランチ休憩	ランチ休憩	
13:00 ～ 13:50	グループワーク (みんなでお出かけイメトレ)	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	コミュニケーション (相手の立場に立つ)	
14:00 ～ 14:50	PC 訓練	PC 訓練 / ハンドクラフト	PC 訓練 / 電話応対	PC 訓練	e- ラーニング /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	
	24	25	26	27	28	29
10:00 ～ 10:10	【特別プログラム】 秋の大卓球大会	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	やすらぎヨガ / ウォーキング	吉岡流ストレッチ / ウォーキング	ヨガ / ウォーキング	
11:10 ～ 12:00		美文字講座	ストレスケア (ストレス反応と対処法)	ビジネスマナー (話し方・聴き方)	美容講座 (紅茶の美味しい飲み方) /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	みんなの発表会	
14:00 ～ 14:50		PC 訓練 / ハンドクラフト	PC 訓練 / 電話応対	軽作業実践	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	