

時 間	月 曜 日	火 曜 日	水 曜 日	木 曜 日	金 曜 日	土 曜 日
	1	2	3	4	5	6
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】 ～お楽しみプログラム～
10:10 ～ 10:50	かんたんピラティス ／ウォーキング	ダンス ／ウォーキング	フローヨガ ／ウォーキング	トレーニング ／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 （就活の心構え）	PC 訓練 ／ 模擬面接	PC 訓練	PC 訓練	ビジネスマナー （スケジュール管理）	
	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 （ネイル）	ステップアップ講座 （相手の立場に立つ）	PC 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	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	
	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	【特別プログラム】 ～お楽しみプログラム～
10:10 ～ 10:50	かんたんピラティス ／ウォーキング	ダンス ／ウォーキング	フローヨガ ／ウォーキング	トレーニング ／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 （履歴書）	PC 訓練 ／ 模擬面接	PC 訓練	PC 訓練	ビジネスマナー （ビジネスメール）	
	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 （耳つぼジュエリー）	自己理解 （必要な配慮）	PC 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	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	
	15	16 フォーマルデイ	17	18	19	
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】 クリスマス会
10:10 ～ 10:50	かんたんピラティス ／ウォーキング	ダンス ／ウォーキング	フローヨガ ／ウォーキング	トレーニング ／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 （職務経歴書）	PC 訓練 ／ 模擬面接	PC 訓練	PC 訓練	ビジネスマナー （電話対応）	
	ランチ休憩	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	PC 訓練 ／ハンドクラフト	PC 訓練	ストレスマネジメント （ストレス反応と対処法）	PC 訓練	
14:00 ～ 14:50	PC 訓練	PC 訓練 ／ハンドクラフト	PC 訓練	PC 訓練	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	
	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	【大掃除】	【特別プログラム】 ～お楽しみプログラム～
10:10 ～ 10:50	かんたんピラティス ／ウォーキング	ダンス ／ウォーキング	フローヨガ ／ウォーキング	トレーニング ／ウォーキング		
11:10 ～ 12:00	就労プログラム （障害理解）	PC 訓練 ／ 模擬面接	PC 訓練	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	美容講座 （ハンドパック）	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		
	29	30	31	◎お知らせ ・12月の土曜開所日は6日、13日、20日、27日です。 ・柏市役所販売会は17日(水)です。 ・フォーマルデイは16日(火)です。 ・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。		
10:00 ～ 10:10						
10:10 ～ 10:50						
11:10 ～ 12:00						
13:00 ～ 13:50						
14:00 ～ 14:50						
14:50 ～ 15:00						