

時間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日				
					<b>1</b>	<b>2</b>				
10:00 ~ 10:10	◎お知らせ ・5月の土曜開所日は2日、9日、16日、23日です。 ・フォーマルデイは22日(金)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。				朝礼・ラジオ体操	【特別プログラム】				
10:10 ~ 10:50					椅子ストレッチ / ウォーキング					
11:10 ~ 12:00					コミュニケーション (批判を上手に受け止める)					
									ランチ休憩	
13:00 ~ 13:50					ハンドクラフト / PC 訓練					
14:00 ~ 14:50					ハンドクラフト / PC 訓練					
14:50 ~ 15:00					終礼・清掃					
	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>				
10:00 ~ 10:10	みどりの日	こどもの日	振替休日	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	椅子ストレッチ / ウォーキング					
11:10 ~ 12:00				PC 訓練	コミュニケーション (怒りの性質を知ろう!)					
								ランチ休憩		
13:00 ~ 13:50				PC 訓練 / PC 講座 (Word)	ハンドクラフト / PC 訓練					
14:00 ~ 14:50				生活管理 (金銭管理)	ハンドクラフト / PC 訓練					
14:50 ~ 15:00				終礼・清掃	終礼・清掃					
	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>				
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	腸活体操 / ウォーキング	スロトレ / ウォーキング	やさしい筋トレ / ウォーキング	ヨガ / ウォーキング	椅子ストレッチ / ウォーキング					
11:10 ~ 12:00	コミュニケーション (怒りの取り扱い方)	PC 訓練	コミュニケーション (怒りの原因を知り対処方法を学ぼう!)	PC 訓練	コミュニケーション (ダイアログ)					
					ランチ休憩					
13:00 ~ 13:50	PC 訓練 / PC 講座 (Photoshop)	PC 訓練 / PC 座談会	PC 訓練	PC 訓練 / PC 講座 (Word)	ハンドクラフト / PC 訓練					
14:00 ~ 14:50	PC 訓練 / PC 講座 (Photoshop)	心と体の管理 (受診・服薬管理)	PC 訓練	ビジネスマナー (使える! メモ術!)	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					
	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>				
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	腸活体操 / ウォーキング	スロトレ / ウォーキング	やさしい筋トレ / ウォーキング	ヨガ / ウォーキング	椅子ストレッチ					
11:10 ~ 12:00	コミュニケーション (会話コミュニケーション)	PC 訓練	コミュニケーション (SST)	PC 訓練	コミュニケーション (要約力)					
					ランチ休憩					
13:00 ~ 13:50	PC 訓練 / PC 講座 (Photoshop)	PC 訓練	PC 訓練	PC 訓練 / PC 講座 (Word)	ハンドクラフト / PC 訓練					
14:00 ~ 14:50	PC 訓練 / PC 講座 (Photoshop)	生活管理 (余暇活動)	PC 訓練	ビジネスマナー (報連相で信頼感アップ!)	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					
	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>				
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	【販売会】 大きなテーブル @四街道市都市広場				
10:10 ~ 10:50	腸活体操 / ウォーキング	スロトレ / ウォーキング	やさしい筋トレ / ウォーキング	ヨガ / ウォーキング	椅子ストレッチ / ウォーキング					
11:10 ~ 12:00	コミュニケーション (チームビルディング)	PC 訓練	コミュニケーション (総合)	PC 訓練	スキルチェックシート / PC 訓練					
					ランチ休憩					
13:00 ~ 13:50	PC 訓練 / PC 講座 (Photoshop)	PC 訓練 / PC 座談会	PC 訓練	PC 訓練 / PC 講座 (Word)	ハンドクラフト / PC 訓練					
14:00 ~ 14:50	PC 訓練 / PC 講座 (Photoshop)	生活管理 (スケジュール管理)	PC 訓練	ビジネスマナー (総合)	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					

時間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日				
					<b>1</b>	<b>2</b>				
10:00～10:10	◎お知らせ ・5月の土曜開所日は2日、9日、16日、23日です。 ・フォーマルデイは22日(金)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。				朝礼・ラジオ体操	【特別プログラム】				
10:10～10:50					椅子ストレッチ /ウォーキング					
11:10～12:00					PC訓練					
									ランチ休憩	
13:00～13:50									ハンドクラフト /PC訓練	
14:00～14:50									ハンドクラフト /PC訓練	
14:50～15:00									終礼・清掃	
	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>				
10:00～10:10	みどりの日	こどもの日	振替休日	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	椅子ストレッチ /ウォーキング					
11:10～12:00				就労プログラム (求人票の見方①)	PC訓練					
								ランチ休憩		
13:00～13:50								PC訓練 /PC講座 (Word)		
14:00～14:50								PC訓練		
14:50～15:00								終礼・清掃		
	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>				
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	腸活体操 /ウォーキング	スロトレ /ウォーキング	やさしい筋トレ /ウォーキング	ヨガ /ウォーキング	椅子ストレッチ /ウォーキング					
11:10～12:00	PC訓練	就労プログラム (求人票の見方②)	PC訓練	就労プログラム (企業研究)	PC訓練					
					ランチ休憩					
13:00～13:50	PC訓練 /PC講座 (Photoshop)	PC訓練 / PC 座談会	セルフケア	PC訓練 /PC講座 (Word)	ハンドクラフト /PC訓練					
14:00～14:50	PC訓練 /PC講座 (Photoshop)	PC訓練	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					
	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b> フォーマルデイ	<b>23</b>				
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	腸活体操 /ウォーキング	スロトレ /ウォーキング	やさしい筋トレ /ウォーキング	ヨガ /ウォーキング	椅子ストレッチ					
11:10～12:00	PC訓練	就労プログラム (会社の求める人物像)	PC訓練	就労プログラム (人事担当者の視点)	PC訓練 /スケジュール管理					
					ランチ休憩					
13:00～13:50	PC訓練 /PC講座 (Photoshop)	PC訓練	面接対策	PC訓練 /PC講座 (Word)	ハンドクラフト /PC訓練					
14:00～14:50	PC訓練 /PC講座 (Photoshop)	PC訓練	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					
	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>				
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	【販売会】 大きなテーブル @四街道市都市広場				
10:10～10:50	腸活体操 /ウォーキング	スロトレ /ウォーキング	やさしい筋トレ /ウォーキング	ヨガ /ウォーキング	椅子ストレッチ /ウォーキング					
11:10～12:00	PC訓練	就労プログラム (応募書類作成)	PC訓練	就労プログラム (社会資源との連携・活用)	スキルチェックシート /PC訓練					
					ランチ休憩					
13:00～13:50	PC訓練 /PC講座 (Photoshop)	PC訓練 / PC 座談会	セルフケア	PC訓練 /PC講座 (Word)	ハンドクラフト /PC訓練					
14:00～14:50	PC訓練 /PC講座 (Photoshop)	PC訓練	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					