

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	
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		
10:10 ～ 10:50		ヨガ	軽運動 ／ウォーキング	ダンスエクササイズ ／ウォーキング	太極拳 ／ウォーキング		
11:10 ～ 12:00		美容講座	PC 訓練	PC 訓練	ストレスマネジメント		
		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 ／ハンドクラフト		
14:00 ～ 14:50		コミュニケーション	PC 訓練 / 電話応対	就労プログラム	PC 訓練 ／ハンドクラフト		
14:50 ～ 15:00		終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃		
	7	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】	
10:10 ～ 10:50	ストレッチ ／ウォーキング	ヨガ	軽運動 ／ウォーキング	ダンスエクササイズ ／ウォーキング	太極拳 ／ウォーキング		
11:10 ～ 12:00	ビジネスマナー	美容講座	PC 訓練	PC 訓練	ストレスマネジメント		
	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	PC 訓練 ／ハンドクラフト		
14:00 ～ 14:50	金銭管理	コミュニケーション	PC 訓練 / 電話応対	就労プログラム	PC 訓練 ／ハンドクラフト		
14:50 ～ 15:00	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃		
	14 フォーマルデイ	15	16	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		
10:10 ～ 10:50	ストレッチ ／ウォーキング	ヨガ	軽運動 ／ウォーキング	ダンスエクササイズ ／ウォーキング	太極拳 ／ウォーキング		
11:10 ～ 12:00	ビジネスマナー	美容講座	PC 訓練	PC 訓練	服薬管理		
	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	PC 訓練	PC 訓練	PC 訓練 ／ハンドクラフト		
14:00 ～ 14:50	キャリアステップ	コミュニケーション	PC 訓練 / 電話応対	就労プログラム	PC 訓練 ／ハンドクラフト		
14:50 ～ 15:00	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃		
	21	22	23	24	25	26	
	【特別プログラム】	国民の休日	秋分の日	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				ダンスエクササイズ ／ウォーキング	太極拳 ／ウォーキング		
11:10 ～ 12:00				PC 訓練	ストレスマネジメント		
				ランチ休憩	ランチ休憩		
13:00 ～ 13:50				避難訓練	PC 訓練 ／ハンドクラフト		
14:00 ～ 14:50				避難訓練	PC 訓練 ／ハンドクラフト		
14:50 ～ 15:00				終礼・清掃	終礼・清掃		
	28	29	30	◎お知らせ ・ 9 月の土曜・祝日開所日は 12 日、21日、26日です。 ・ フォーマルデイは 14 日（月）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	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	ストレッチ ／ウォーキング	ヨガ	軽運動 ／ウォーキング				
11:10 ～ 12:00	ビジネスマナー	美容講座	PC 訓練				
	ランチ休憩	ランチ休憩	ランチ休憩				
13:00 ～ 13:50	PC 訓練	みんなの発表会	PC 訓練				
14:00 ～ 14:50	PC 講座	みんなの発表会	PC 訓練 / 電話応対				
14:50 ～ 15:00	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃				