

時 間	月 曜 日	火 曜 日	水 曜 日	木 曜 日	金 曜 日	土 曜 日
	◎お知らせ ・ 10 月の土曜・祝日開所日は 12 日、24 日です。 ・ フォーマルデイは 14 日（水）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。			1	2	3
10:00 ～ 10:10				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	エクササイズ / ウォーキング	
11:10 ～ 12:00				PC 訓練 /e- ラーニング	美容講座（ネイル） /PC 訓練	
				ランチ休憩	ランチ休憩	
13:00 ～ 13:50				PC 訓練 /e- ラーニング	就労プログラム （自分の事を知ろう）	
14:00 ～ 14:50				ステップアップ講座 （セルフコンパッション）	就労プログラム （自分の事を知ろう）	
14:50 ～ 15:00				終礼・清掃	終礼・清掃	
	5	6	7	8	9	10
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	スマイル運動 / ウォーキング	ヨガ / ウォーキング	リズムック / ウォーキング	ストレッチ / ウォーキング	エクササイズ / ウォーキング	
11:10 ～ 12:00	ビジネスマナー （電話対応）	PC 訓練 /e- ラーニング	ビジネスマナー （コミュカチェックリスト）	PC 訓練 /e- ラーニング	美容講座（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	PC 訓練 /e- ラーニング	SST （GO サイン・NO ゴーサイン）	ハンドクラフト /PC 訓練	PC 訓練 /e- ラーニング	就労プログラム （求人情報の探し方・見極め方）	
14:00 ～ 14:50	グループワーク	SST （GO サイン・NO ゴーサイン）	PC 訓練 / 電話対応 / ハンドクラフト	ステップアップ講座 （マングラチャート）	就労プログラム （求人情報の探し方・見極め方）	
14:50 ～ 15:00	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	
	12	13	14 フォーマルデイ	15	16	17
10:00 ～ 10:10	【特別プログラム】 ハロウィンおかし デコレーション！	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	リズムック / ウォーキング	ストレッチ / ウォーキング	エクササイズ / ウォーキング	
11:10 ～ 12:00		PC 訓練 /e- ラーニング	ビジネスマナー （スーツの着こなし秋冬編）	PC 訓練 /e- ラーニング	美容講座（お茶） /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		就労実践①	ハンドクラフト /PC 訓練	PC 訓練 /e- ラーニング	就労プログラム （障がいの説明）	
14:00 ～ 14:50		就労実践①	ハンドクラフト /PC 訓練	ステップアップ講座 （認知行動療法）	就労プログラム （障がいの説明）	
14:50 ～ 15:00		終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	
	19	20	21	22	23	24
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】 重曹アート & 【販売会】
10:10 ～ 10:50	スマイル運動 / ウォーキング	ヨガ / ウォーキング	リズムック / ウォーキング	ストレッチ / ウォーキング	エクササイズ / ウォーキング	
11:10 ～ 12:00	ビジネスマナー （メモ実践）	PC 訓練 /e- ラーニング	ビジネスマナー （ポジティブな言い換え）	PC 訓練 /e- ラーニング	ハンドクラフト /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	PC 訓練 /e- ラーニング	金銭管理 SP	ハンドクラフト /PC 訓練	PC 訓練 /e- ラーニング	就労プログラム （Web 面接）	
14:00 ～ 14:50	グループワーク	金銭管理 SP	PC 訓練 / 電話対応 / ハンドクラフト	ステップアップ講座 （相手の立場に立って考える）	就労プログラム （Web 面接）	
14:50 ～ 15:00	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	
	26	27	28	29	30	
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	スマイル運動 / ウォーキング	ヨガ / ウォーキング	リズムック / ウォーキング	ストレッチ / ウォーキング	エクササイズ / ウォーキング	
11:10 ～ 12:00	ビジネスマナー （伝言）	PC 訓練 /e- ラーニング	ビジネスマナー （実務 総合）	PC 訓練 /e- ラーニング	美容講座（秋バテ対策） /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	PC 訓練 /e- ラーニング	就労実践②	ハンドクラフト /PC 訓練	資生堂様 ライフクオリティ ビューティーセミナー （身だしなみ講座）	みんなの発表会	
14:00 ～ 14:50	グループワーク	就労実践②	PC 訓練 / 電話対応 / ハンドクラフト		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	