時　間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	2	3	4	5	6	7・8
10:00 ～ 10:10	朝礼・ラジオ体操	【特別プログラム】 楽しい科学教室 2026	朝礼・ラジオ体操	朝礼・ラジオ体操	朝礼・ラジオ体操	【佐倉産業大博覧会】 & 【在宅訓練】
10:10 ～ 10:50	ヨガ / ウォーキング		勝 Time ！ / ウォーキング	楽しむダンス / 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 （求人票の見方①）		ストレスケア （腸活について）	ビジネスマナー （ポジティブな言い換え）	美容講座（知りたい美容成分） /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	グループワーク （何があやしいか）		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 （イレギュラー対応）	
14:00 ～ 14:50	PC 訓練		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	
	9	10	11	12	13	14
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	ヨガ / ウォーキング	体幹トレーニング / ウォーキング	勝 Time ！ / ウォーキング	ほぐして整うライトワークアウト / 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 （求人票の見方②）	美文字講座	ストレスケア （ストレスを感じた時にできること）	ビジネスマナー （スケジュール管理）	美容講座（ネイルケア） /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 （秋のクイズ）	PC 訓練 / ハンドクラフト	e- ラーニング /PC 訓練	PC 訓練 / 特別 PowerPoint 講座	コミュニケーション （チームワーク）	
14:00 ～ 14:50	PC 訓練	PC 訓練 / ハンドクラフト	PC 訓練 / 電話応対	就労スペシャル （「私の障がいについて」書き方講座）	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	
	16	17	18	19 フォーマルデイ	20	21
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	ヨガ / ウォーキング	ゆるふわ体操 / ウォーキング	勝 Time ！ / ウォーキング	ほぐして整うライトワークアウト / 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）	PC 訓練	自己理解 （自分らしさ）	ビジネスマナー （電話応対）	美容講座（乾燥対策） /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 （言葉で伝えよう）	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	【職員研修】 ※通所訓練は午前のみ	
14:00 ～ 14:50	PC 訓練	PC 訓練 / ハンドクラフト	PC 訓練 / 電話応対	就労スペシャル （面接対策）		
14:50 ～ 15:00		終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	
	23	24	25	26	27	28
10:00 ～ 10:10	【特別プログラム】 めざせ！イモマスター！	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		体幹トレーニング / ウォーキング	勝 Time ！ / ウォーキング	ほぐして整うライトワークアウト / 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 （リラクゼーション）	ビジネスマナー （身だしなみ）	美容講座（ネイルケア） /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	仕事力アップ実践	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	仕事力アップ実践	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	
	30					
10:00 ～ 10:10	朝礼・ラジオ体操					
10:10 ～ 10:50	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）					
	ランチ休憩					
13:00 ～ 13:50	グループワーク （今年の漢字を考えよう）					
14:00 ～ 14:50	PC 訓練					
14:50 ～ 15:00	終礼・清掃					

◎お知らせ

・11 月の祝日開所日は 3 日、23日、在宅訓練日は 7 日、8 日です。

・フォーマルデイは 19 日（木）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。