

ワークステーションJade中野 5月プログラムカレンダー

※青字はオンラインで参加可能

	日	月	火	水	木	金	土
						1	2
1 (9:30-10:20)						個別訓練	
2 (10:30-11:20)						エクササイズ (タオル体操)	
3 (11:30-12:20)						就職活動サポート	
4 (13:30-14:20)						個別訓練	
5 (14:30-15:20)						//	
備考							
	3	4	5	6	7	8	9
1 (9:30-10:20)		個別訓練	個別訓練	個別訓練	個別訓練	個別訓練	
2 (10:30-11:20)		//	生活技能 トレーニング	//	//	//	
3 (11:30-12:20)		事務スキル (コピー・FAX)	PCスキル 評価	広報紙作成	グループワーク	ビジネスマナー	
4 (13:30-14:20)		コミュニケーション スキル(雑談力)	アート&クラフト	茶話会	インターネット 販売	個別訓練	
5 (14:30-15:20)		PCスキル トレーニング	//	一般教養	//	//	
備考							
	10	11	12	13	14	15	16
1 (9:30-10:20)		個別訓練	個別訓練	個別訓練	個別訓練	個別訓練	
2 (10:30-11:20)		ストレス対処講習	//	//	//	//	
3 (11:30-12:20)		事務スキル (PDF)	運動指導 (ストレッチ&ヨガ)	エクササイズ (ごろ寝ヨガ)	コミュニケーション スキル(雑談力)	就職活動サポート	
4 (13:30-14:20)		個別訓練	コミュニケーション スキル(職場)	茶話会	インターネット 販売	アート&クラフト	
5 (14:30-15:20)		//	PCスキル トレーニング	一般教養	//	//	
備考							
	17	18	19	20	21	22	23
1 (9:30-10:20)		個別訓練	個別訓練	個別訓練	個別訓練	個別訓練	
2 (10:30-11:20)		//	//	//	コミュニケーション スキル(雑談力)	PCスキル 評価	
3 (11:30-12:20)		グループワーク	一般教養	広報紙作成	事務スキル (テブラ・ラミネート)	ビジネスマナー	
4 (13:30-14:20)		アート&クラフト	個別訓練	茶話会	インターネット 販売	個別訓練	
5 (14:30-15:20)		//	//	PCスキル トレーニング	//	//	
備考							
	24/31	25	26	27	28	29	30
1 (9:30-10:20)		個別訓練	個別訓練	個別訓練	個別訓練	個別訓練	
2 (10:30-11:20)		ストレス対処講習	エクササイズ (棒体操)	//	//	//	
3 (11:30-12:20)		事務スキル (書類仕分け)	要望提案会議	運動指導 (ストレッチ&ヨガ)	コミュニケーション スキル(雑談力)	就職活動サポート	
4 (13:30-14:20)		個別訓練	アート&クラフト	茶話会	インターネット 販売	コミュニケーション スキル(職場)	
5 (14:30-15:20)		//	//	一般教養	//	PCスキル トレーニング	
備考							

～備考欄～