

ワークステーションJade中野

5月プログラム

	日	月	火	水	木	金	土
	2	3	4	5	6	7	1/8
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)		〃	〃	〃	エクササイズ (椅子体操)	事務スキル (PDF)	
3 (11:30-12:20)		グループワーク	コミュニケーション スキル (職場編)	一般教養	ビジネスマナー	広報紙作成	
4 (13:30-14:20)		アート&クラフト	インターネット 販売	自主製品制作 (アクセサリー作り)	茶話会	自主製品制作 (紙作成)	
5 (14:30-15:20)		〃	〃	〃	PCスキル トレーニング	〃	
備考							
	9	10	11	12	13	14	15
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	運動指導 (ストレッチ&ヨガ)	一般教養	事務スキル (郵便仕分け)	〃	
3 (11:30-12:20)		PC整理	PCスキル トレーニング	図書館	就職活動サポート	コミュニケーション スキル (雑談力)	
4 (13:30-14:20)		自主製品制作 (紙作成)	インターネット 販売	個別訓練/園芸買 出し	自主製品制作 (アクセサリー作り)	アート&クラフト	
5 (14:30-15:20)		〃	〃	〃	〃	〃	
備考							
	16	17	18	19	20	21	22
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)		園芸 (草取り)	エクササイズ (椅子体操)	〃	生活技能 トレーニング	広報紙作成	
3 (11:30-12:20)		一般教養	コミュニケーション スキル (職場編)	グループワーク	ビジネスマナー	事務スキル (名刺作成)	
4 (13:30-14:20)		インターネット 販売	アート&クラフト	個別訓練	茶話会	自主製品制作 (アクセサリー作り)	
5 (14:30-15:20)		〃	〃	〃	PCスキル トレーニング	〃	
備考							
	23	24	25	26	27	28	29
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)		〃	運動指導 (ストレッチ&ヨガ)	要望提案会議	〃	〃	
3 (11:30-12:20)		一般教養	コミュニケーション スキル (雑談力)	図書館	就職活動サポート	事務スキル (コピー、FAX)	
4 (13:30-14:20)		インターネット 販売	アート&クラフト	個別訓練	自主製品制作 (アクセサリー作り)	プレゼンテーション	
5 (14:30-15:20)		〃	〃	〃	〃	PCスキル トレーニング	
備考							
	30	31					
1 (9:30-10:20)		個別訓練					
2 (10:30-11:20)		ストレス対処講習					
3 (11:30-12:20)		一般教養					
4 (13:30-14:20)		自主製品制作 (メモ帳作り)					
5 (14:30-15:20)		〃					
備考							

～備考欄～

青色の文字のプログラムはオンライン参加可能です。