

ワークステーションJade中野

1月プログラム

	日	月	火	水	木	金	土
	2	3	4	5	6	7	8
1 (9:30-10:20)			個別訓練	個別訓練	個別訓練	個別訓練	
2 (10:30-11:20)		冬	PCスキル トレーニング	コミュニケーション スキル (雑談力)	コミュニケーション スキル (職場編) /JST	グループワーク	
3 (11:30-12:20)		季	事務スキル (テブラ・ラミネート)	図書館	就職活動サポート	エクササイズ (椅子体操)	
4 (13:30-14:20)		休	インターネット 販売	初詣 (新井薬師)	茶話会	自主製品制作 (アクセサリー作り)	
5 (14:30-15:20)		暇	//	//	一般教養	//	
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)		//	PCスキル トレーニング	アート&クラフト	広報紙作成	ストレス対処講習	
3 (11:30-12:20)		運動指導 (ストレッチ&ヨガ)	一般教養	//	ビジネスマナー	事務スキル (ファイリング)	
4 (13:30-14:20)		OB/OG会 (オンライン)	百人一首大会	個別訓練	インターネット 販売	自主製品制作 (アクセサリー作り)	
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)		一般教養	PCスキル トレーニング	事務スキル (コピー・FAX)	生活技能 トレーニング	//	
3 (11:30-12:20)		グループワーク	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	エクササイズ (椅子体操)	
4 (13:30-14:20)		自主製品制作 (アクセサリー作り)	アート&クラフト	個別訓練	インターネット 販売	茶話会	
5 (14:30-15:20)		//	//	//	//	自主製品制作 (マモ帳)	
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)		//	PCスキル トレーニング	事務スキル (郵便仕分け)	コミュニケーション スキル (職場編) /JST	ストレス対処講習	
3 (11:30-12:20)		運動指導 (ストレッチ&ヨガ)	広報紙作成	一般教養	ビジネスマナー	要望提案会議	
4 (13:30-14:20)		アート&クラフト	自主製品制作 (アクセサリー作り)	個別訓練	インターネット 販売	プレゼンテーション	
5 (14:30-15:20)		//	//	//	//	PC整理	
備考							
	30	31					
1 (9:30-10:20)		個別訓練					
2 (10:30-11:20)		コミュニケーション スキル (雑談力)					
3 (11:30-12:20)		事務スキル (名刺入力)					
4 (13:30-14:20)		アート&クラフト					
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。

年始は4日から通常営業です。