【2026年12月　プログラムスケジュール】

氏名：

日	月				火				水				木				金				土
	午前		午後		午前		午後		午前		午後		午前		午後		午前		午後		午前
	10時-11時	11時-12時	13時-14時	14時-15時	10時-11時	11時-12時	13時-14時	14時-15時	10時-11時	11時-12時	13時-14時	14時-15時	10時-11時	11時-12時	13時-14時	14時-15時	10時-11時	11時-12時	13時-14時	14時-15時	10時-12時
	＜通所スケジュール＞ AM:10時～12時　PM:13時～15時 ※水曜日のみ14時終了 ※斜線は、職場見学先や就職先の開拓、外部機関との連携、社内研修により閉所させていただきます。				1				2				3				4				5
					ビジネスマナー⑨		ワークトレーニング（作業系アセスメント）		コミュニケーション【SST】日常生活での会話術		シフト決め		就職step up⑤	AI活用仕事活用講座	オフィストレーニング（事務系アセスメント）		パソコン（Word④）		アサーション⑧		新横浜ラーメン博物館
					個別準備		個別準備		個別準備		個別準備		個別準備		個別準備		個別準備		個別準備		
6	7				8				9				10				11				12
	朝活カフェ	体力づくり	ストレスコントロール②		ビジネスマナー①		ワークトレーニング（作業系アセスメント）		コミュニケーション【JST】職場での会話術		出張講座		就職step up⑥		オフィストレーニング（事務系アセスメント）		パソコン（Excel①）		アサーション⑨		クリスマス会準備
		個別準備	個別準備		個別準備		個別準備		個別準備		個別準備		個別準備		個別準備		個別準備		個別準備		
13	14				15				16				17				18				19
	朝活カフェ	体力づくり	ストレスコントロール③		ビジネスマナー②		ワークトレーニング（作業系アセスメント）		コミュニケーション【SST】日常生活での会話術		ヴィス横企画部（大掃除計画）		就職step up⑦		オフィストレーニング（事務系アセスメント）		パソコン（Excel②）		アンガーマネジメント①		Café Visst ～クリスマス会～
		個別準備	個別準備		個別準備		個別準備		個別準備		個別準備		個別準備		個別準備		個別準備		個別準備		
20	21				22				23				24				25				26
	朝活カフェ	体力づくり	ストレスコントロール④		ビジネスマナー③		ワークトレーニング（作業系アセスメント）		コミュニケーション【JST】職場での会話術		ヴィス横企画部（備品準備）		就職step up⑧		オフィストレーニング（事務系アセスメント）		パソコン（Excel③）		アンガーマネジメント②		忘年会・卒業生の会
		個別準備	個別準備		個別準備		個別準備		個別準備		個別準備		個別準備		個別準備		個別準備		個別準備		
27	28				29				30				31								
	朝活カフェ	体力づくり	ストレスコントロール⑤		大掃除				年末休業日※12/30～1/3まで閉所、1/4～開所												
		個別準備	個別準備																		

≪通院日≫
医療機関名【　　】
受診日【　/　】

≪ハローワーク≫
訪問日【　/　】

・12/9のJSTのテーマは『誘いを断る』
・12/23のJSTのテーマは『年末年始の挨拶』

【ヴィストキャリア横浜駅前】