

## 【2026年3月 プログラムスケジュール】

★シフト作成：3月日～15日（15日最終決定）★

□振返り面談： / □評価面談 /

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	
1	2				3				4				5				6				7	
	ゆる トーク	オフィス トレーニング	ストレスコントロール 「ストレスのしくみ」	新・ビジネスマナー 「実践：職場での コミュニケーション」	ワークトレーニング	コミュニケーション 【JST】	3月3日は 「耳の日」 耳つば マッサージを してみよう！		就職step up 「職業理解と 自分のスキル」	オフィストレーニン	パソコン Word/Excel	アサーション 「アンガーマネジメント を やってみよう」									【communication】 ネット時代の 人間関係に 疲れていませんか？ 「SNSとの 距離感」講座	
個別支援・面談日時は担当者とは相談して記入。																						
8	9				10				11				12				13				14	
	ゆる エクササイズ	オフィス トレーニング	ストレスコントロール 「考え方の特徴」	来月のシフト 作成	ゆる ストレッチ	ワークトレーニング	コミュニケーション 【JST】	同じヒントは NGです！ 連射ゲーム システム 「シュラ ツワン」	就職step up 「会社の求める人物像」	オフィストレーニン	パソコン Word/Excel	アサーション 「気持ちをまっすぐに 伝える」									【CULTURE】 春スイーツと コーヒのしらべ ～コーヒの 驚きの効能～	
個別支援・面談日時は担当者とは相談して記入。																						
15	16				17				18				19				20				21	
	ゆる 写経	オフィス トレーニング	ストレスコントロール 「認知の工夫①」	新・ビジネスマナー 「電話対応」	ワークトレーニング	コミュニケーション 【JST】	おくすりとの 付き合い方 講座		就職step up 「収入シミュレーション」	オフィストレーニン	【CULTURE】 3月19日は ミュージックの日 「私の好きな音楽」										【Job Information】 知るだけに ラクに♪ 「7つの感情」 とは？	
個別支援・面談日時は担当者とは相談して記入。																						
22	23				24				25				26				27				28	
	ゆる ストレッチ	オフィス トレーニング	ストレスコントロール 「認知の工夫② ～実践～」	新・ビジネスマナ 「実践：電話対応」	ワークトレーニング	コミュニケーション 【SST】	五日並べ？ 「OKプレイ」 ゲーム		就職step up 「オープンクローズ と 合理的配慮」	オフィストレーニン	コミュニケーション 【JST】	アサーション 「ほめられ上手に なる」									【HOBBY】 はじめてみよう 私の小さな宇宙 「癒しの テラリウム 作り」	
個別支援・面談日時は担当者とは相談して記入。																						
29	30				31				<ul style="list-style-type: none"> <li>・ AM:10時～12時 P.M:13時～15時（水曜日のみ14時終了）</li> <li>・ 斜線は、職場見学先や就職先の開拓、外部機関との連携、社内研修により開所させて いただきます。</li> <li>・ 「個別準備」で実施していただく内容…仕事研究、応募条件整理、求人検索、応募書類作成、 面接練習、実習準備など、その他就労に必要なことを個々のペースで取り組んで いただきます。時期に応じて担当スタッフと相談して内容を決めてください。</li> </ul>													
	ゆる 絵本館	オフィス トレーニング	ストレスコントロール 「対処の仕方 （思考の整理）」	新・ビジネスマナー 「ビジネス文書」	ワークトレーニング																	
個別支援・面談日時は担当者とは相談して記入。																						

<<受診日>>

医療機関名【                   】

受診日【    /    /   】

<<ハローワーク>>

訪問日【    /    /   】

・1/21日 のSSTのテーマは「人との会話の困りごと、エピソードなど」  
 ※企業内訓練（トナミ運輸）は、確定次第お伝えします。