【2026年11月　プログラムスケジュール】

★シフト作成；11月9日～16日（16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 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 「ストレス解消法を 実践してみよう」		【HOBBY】 お気に入りの本に 彩りを🖌 「タッセル付き レジンしおり」講座				コミュニケーション 【JST】		秋バテって 知ってる？ 「季節の 体調管理」		就職step up 「自己理解 ～自分の強みを知ろう～」		ワークトレーニング		パソコン Word/Excel		アサーション 「話し合う 交渉する」	【JOB infomation】 自分に合う方法 見つけよう！ 「タイム マネジメント」 講座
	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		
	個別支援・面談日時は担当者と相談して記入。																				
8	9				10				11				12（AM停電）				13				14
	来月の シフト作成	オフィス トレーニング	ストレスコントロール 「コーピングリストを 作ろう」		ビジネスマナー 「ビジネスメール」		ワークトレーニング		コミュニケーション 【JST】		映像クイズ！ 職場 コミュニケーション		コミュニケーション 【SST】		ワークトレーニング		パソコン Word/Excel		アサーション 「問題解決場面 (DESC法）」	【ODEKAKE】 紅葉ウォーキング & パワースポット 巡り in護国神社
		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		
	個別支援・面談日時は担当者と相談して記入。																				
15	16				17				18				19				20				21
	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 「ストレスサインに 気づこう」		ビジネスマナー 「間違いやすい ビジネスマナー」		ワークトレーニング		コミュニケーション 【JST】		寒さに 負けない 「じんわり 温活ドリンク 講座」		就職step up 「職種理解と 自分のスキル」		オフィストレーニング		パソコン Word/Excel		アサーション 「アサーション実践編」	【SPORTS】 秋のスポーツ 初心者も 楽しめる！ 「ヴィスト ダーツ大会」
	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		個別準備		
	個別支援・面談日時は担当者と相談して記入。																				
22	23				24				25				26				27				28
	【JOB infomation】 「いつも機嫌のいい人が 考えていること」 講座				ビジネスマナー 「ビジネスマナーの 重要性」		ワークトレーニング		コミュニケーション 【JST】		お野菜で 神経衰弱!? 「マジで草」 ゲーム！		就職step up 「会社の求める人物像」		オフィストレーニング		パソコン Word/Excel		アンガーマネジメント 「アンガーマネジメント とは」	【communication】 ヴィスト ババ抜き 最弱王選手権！
					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		
	個別支援・面談日時は担当者と相談して記入。																				
29	30																				
	ゆる 写経	オフィス トレーニング	ストレスコントロール 「ストレス耐性について」																		
	個別準備	個別準備	個別準備																		
	個別支援・面談日時は担当者と相談して記入。																				

・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。
・「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。

≪受診日≫
医療機関名【　　】
受診日【　/　】

≪ハローワーク≫
訪問日【　/　】

・11月12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。

【ヴィストキャリア富山中央】