

【2026年1月 プログラムスケジュール】

★シフト作成：1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			
	・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。												1				2				3			
													年始休み											
4	5				6				7				8				9				10			
	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 「ストレス解消法を 知ろう」		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】		テーブル ゲームの会 「バウンス オフ ゲーム」		就職step up 「雇用形態や社会保険制度 について」		オフィストレーニング		来月のシフト 作成	オフィス トレーニング	アサーション 「すっきり断る」		【CULTURE】 護国神社へ 初詣♪ & お宝クッキーと お茶の会			
		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					
	個別支援・面談日時は担当者と相談して記入。																							
11	12				13				14				15				16				17			
	【CULTURE】 鏡開き前に！ 切り餅消費 イロイロレシピ 作って食べよう！				新・ビジネスマナー 「実践；電話対応」		ワークトレーニング		コミュニケーション 【JST】		冬の乾燥対策 にも！ アロマ スプレー 作り❀		就職step up 「求人票の見方と企業研究 ～就活の手順～」		オフィストレーニング		パソコン Word/Excel	アサーション 「批判を上手に受け 止める」		【Job Information】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							
	個別支援・面談日時は担当者と相談して記入。																							
18	19				20				21				22				23				24			
	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」		新・ビジネスマナー 「社内文書・社外文書 ・メール」		ワークトレーニング		コミュニケーション 【SST】		冬の免疫ケア 超！腸活！		就職step up 「応募書類 ①履歴書と職務経歴書」		オフィストレーニング		コミュニケーション 【JST】		アサーション 「怒りの取り扱い方」		【SPORTS】 プチ運動不足 解消！ ストラック アウト大会！			
		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					
	個別支援・面談日時は担当者と相談して記入。																							
25	26				27				28				29				30				31			
	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 「コーピングリストを 作ろう」		新・ビジネスマナー 「実践：社内文書 ・社外文書・メール」		ワークトレーニング		コミュニケーション 【JST】		BABA抜き 最弱王 選手権		就職step up 「応募書類 ②自己PRと志望動機」		オフィストレーニング		パソコン Word/Excel	アサーション 「話し合う 交渉する」		【Job Information】 楽しいことを 考えること 効果&コツ 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		個別準備					
	個別支援・面談日時は担当者と相談して記入。																							

「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。