202３年11月　プログラムスケジュール

＊参加希望プログラムを〇で囲み、担当職員と相談しながらスケジュールを作成してください。（プログラム内容は変更になることがあります。ご了承ください。）

＊毎月15日までにプログラムシフト及び、個別支援計画の振り返りシート (評価シート) の提出をお願いします。

氏名：　　確認：

※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。
より良いサービスを提供していけるように努力してまいりますのでご協力よろしくお願い致します。

日	月	火	水	木	金	土
			1 10:00 個別 11:00 個別 12:00 個別 13:00 個別 14:00 個別 15:00 個別 【パソコン】 Excel① 【作業訓練オフィス編】 事業所内でパソコンを使った仕事体験 自主訓練	2 10:00 個別 11:00 個別 12:00 個別 13:00 個別 14:00 個別 15:00 個別 【JST】 遅刻した時の対応 【ビジネスマナー】 職場で使える敬語の基本 自主訓練	3 10:00 個別 11:00 個別 いつもの食事が老後に影響？今の食生活を考えてみませんか？ KIMAMA 自主訓練 12:00 13:00 14:00 15:00 閉所	4 10:00 11:00 【集中講座】 ビブリオバトル あなたのおすすめについて教えてください！
5	6 10:00 個別 11:00 個別 12:00 13:00 個別 14:00 個別 15:00 個別 ASAトーク 評価・（アセスメント）次月シフト作成 【アサーション】 ほめられ上手になる 自主訓練	7 10:00 個別 11:00 個別 12:00 個別 13:00 個別 14:00 個別 15:00 個別 【就職準備】 求人票の見方と実習制度 【自分の模索を知ろう】 試してみよう！エゴグラム 自主訓練	1日研修 8 10:00 個別 11:00 個別 12:00 個別 13:00 個別 14:00 個別 15:00 個別 【パソコン】 Excel② 【身近な紅葉散歩】 自主訓練	9 10:00 個別 11:00 個別 12:00 個別 13:00 個別 14:00 個別 15:00 個別 【SST】 【実践！報連相】 自主訓練	10 10:00 個別 11:00 個別 睡眠力とは KIMAMA 自主訓練 12:00 13:00 14:00 15:00 閉所	11 10:00 11:00 【SPORTS】 ヴィスト杯争奪！ 大ボウリング大会!!
12	13 10:00 個別 11:00 個別 12:00 13:00 個別 14:00 個別 15:00 個別 ASAトーク 振り返りシート作成 【ストレスコントロール】 ストレスを減らす受け止め方 自主訓練	14 10:00 個別 11:00 個別 12:00 個別 13:00 個別 14:00 個別 15:00 個別 【就職準備】 応募書類の書き方（個別で深めてみよう 志望動機・自己PR） 【JST】 休んだ次の日 自主訓練	15 10:00 個別 11:00 個別 12:00 個別 13:00 個別 14:00 個別 15:00 個別 【パソコン】 Excel③ 【作業訓練・作業編】 事業所内で軽作業 仕事体験 自主訓練	16 10:00 個別 11:00 個別 12:00 個別 13:00 個別 14:00 個別 15:00 個別 【JST】 休憩に入る際の挨拶 【面接練習】 自主訓練	17 10:00 個別 11:00 個別 服薬コントロールで自分らしい生活を KIMAMA 自主訓練 12:00 13:00 14:00 15:00 閉所	18 10:00 11:00 【HOBBY】 コットンボールを作ろう ～趣味・集中力を増やす、 2倍楽しめます！～
19	20 10:00 個別 11:00 個別 12:00 13:00 個別 14:00 個別 15:00 個別 ASAトーク 個別ワーク or 定期面談 【アサーション】 人に何かを頼む 自主訓練	21 10:00 個別 11:00 個別 12:00 個別 13:00 個別 14:00 個別 15:00 個別 【就職準備】 応募書類の書き方（自分説明書について知ろう） 【人事担当者の講話】 トスマクアイ <人事担当者はどこに注目するのか？> 自主訓練	22 10:00 個別 11:00 個別 12:00 個別 13:00 個別 14:00 個別 15:00 個別 【パソコン】 Excel④ 【リラクゼーション】 マインドフルネス 自主訓練	23 10:00 個別 11:00 個別 12:00 個別 【リラクゼーション】 涙活のすすめ 自主訓練 13:00 14:00 15:00 閉所	24 10:00 個別 11:00 個別 正しい姿勢講座 KIMAMA 自主訓練 12:00 13:00 14:00 15:00 閉所	25 10:00 11:00 【KUISHINBOU】 自分だけのお好み焼きを作ってみる
26	27 10:00 個別 11:00 個別 12:00 13:00 個別 14:00 個別 15:00 個別 ASAトーク 個別ワーク or 定期面談 【ストレスコントロール】 行動を変えてストレスを撃退！ 自主訓練	28 10:00 個別 11:00 個別 12:00 個別 13:00 個別 14:00 個別 15:00 個別 【就職準備】 応募書類の書き方（自分説明書を完成に近づけよう） 【SST】 自主訓練	29 10:00 個別 11:00 個別 12:00 個別 13:00 個別 14:00 個別 15:00 個別 【パソコン】 Excel特別編 <情報処理検定にチャレンジ！> 【ダイアログ】 お題について考え、整理しまとめてみよう！ 自主訓練	30 10:00 個別 11:00 個別 12:00 個別 13:00 個別 14:00 個別 15:00 個別 【JST】 面接の入室時 【作業訓練・オフィス編】 事業所内でパソコンを使った仕事体験 自主訓練	31 10:00 個別 11:00 個別 12:00 個別 軽い運動 表情筋を鍛えよう KIMAMA 自主訓練 13:00 14:00 15:00 閉所	10:00 11:00 閉所