

## 【2025年10月 魚津駅前プログラムスケジュール】

★来月シフト作成：7日～11日（11日提出日）★

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	
					1 ※14時開所		2		3		4	
					パソコン 【Excel②】	振り返り・評価 シート作成	コミュニケーション 【JST】 面接時	ストレスコントロール⑩ 【コーピングリストを作ろう】	ワークトレーニング （作業系アセスメント）	就職step up⑤ 収入シミュレーション	【お出かけ体力up】 また来たい！ と評判のお寺善洞宗 『五智山 獨勝寺』 癒しのひととき& お寺sweetコンネ❸	
5	6		7 AM企業内訓練		8 ※14時開所		9		10		11	
	脳トレ	来月シフト作成	ワークトレーニング （作業系アセスメント）	ビジネスコミュニケーション 【企業見学】	オフィストレーニング （事務系アセスメント）	パソコン 【Excel③】	来月シフト作成	就職step up⑥ オープニングローズ 合理的な配慮	ストレスコントロール⑪ 【ストレスサインを知ろう】	コミュニケーション 【JST】 相談するタイミング	アサーション④ 【すっきり断る】	【創作活動で 脳をリフレッシュ】 チチラで楽しむ 芸術の秋 お手軽クラフト体験 100均で広がる ノートの世界
	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	【創作活動で 脳をリフレッシュ】 チチラで楽しむ 芸術の秋 お手軽クラフト体験 100均で広がる ノートの世界
12	13		14		15 ※14時開所		16		17		18	
			就職step up⑦ 雇用形態や 社会保険制度	アサーション⑤ 【批判を上手に受け止める】	ストレスコントロール⑫ 【ストレス耐性について】	口水曜日特別講座 創作活動で脳をリフレッシュ+ ふわモコdeハンドメイド	オフィストレーニング （事務系アセスメント）	パソコン 【Word①】	ビジネスコミュニケーション 【ビジネスマナーの基礎】	ワークトレーニング （作業系アセスメント）	【お出かけ体力up】 杉沢の況スギ×散歩 &続いもソフト♪寄り道	
				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	【お出かけ体力up】 杉沢の況スギ×散歩 &続いもソフト♪寄り道
19	20		21 AM企業内訓練		22 ※14時開所		23		24		25	
	ビジネスコミュニケーション 【職場で使える敬語の基本】	コミュニケーション 【JST】 批判を受けた時の対応	コミュニケーション 【JST】 会社を早退する際に伝えるべきこと	オフィストレーニング （事務系アセスメント）	パソコン 【Word②】	口水曜日特別講座 職場でのGOOD行動とNG行動	ワークトレーニング （作業系アセスメント）	ストレスコントロール① 【ストレスコントロール力】	就職step up⑧ 求人票の見方と企業研究 ～就活の手順～	アサーション⑥ 【怒りの取り扱い方】	【創作活動で 脳をリフレッシュ】 秋◆の贈り物 ～どんぐりトトロ～	
	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	【創作活動で 脳をリフレッシュ】 秋◆の贈り物 ～どんぐりトトロ～
26	27		28		29 ※14時開所		30		31			
	オフィストレーニング （事務系アセスメント）	ビジネスコミュニケーション 【身だしなみのマナー】	ストレスコントロール② 【ストレスのしくみ】	アサーション⑦ 【話し合う交渉する】	就職step up⑨ 履歴書類 （①履歴書と職務経歴書）	口水曜日特別講座 創作活動で脳をリフレッシュ+ ハロウィン★フッピング	ワークトレーニング （作業系アセスメント）	パソコン 【Word③】	コミュニケーション 【JST】 電話への対処法	オフィストレーニング （事務系アセスメント）		
	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		

・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。

・就活準備で実施していただくる内容：仕事研究・応募条件整理・求人検索・応募書類作成・面接練習・実習その他就労に必要なこと、個別支援計画に基づいた取り組みを個々のベ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。

※企業内訓練および土曜祝日のプログラムは、本利用開始後にご参加いただけます。

«受診日»  
医療機関名【 】  
受診日【 / / ]

«ハローワーク»  
訪問日【 / / ]

□振返り面談： / □評価面談： /

【ヴィストキャリア魚津駅前】