

【2025年11月 魚津駅前プログラムスケジュール】

★来月シフト作成：10～14日（15日提出締め切り日）★

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		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
	<div>・AM:10時～12時 PM:13時～15時（水曜日のみ14時終了）</div> <div>・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。</div> <div>・就活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。</div> <div>※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。</div>																				1
																					【大人の調理実習】 ほっこり秋の味覚体験 ～スイートポテト～
2	3				4				5 ※14時開所				6				7				8
	【創作活動】 オリジナルオブジェでリラックス ～アロマジェルキャンドル～				ストレスコントロール③ 【考え方の特徴】	オフィストレーニング （事務系アセスメント）		コミュニケーション 【JST】 自分から声をかける		振り返りシート・評価シート 作成		パソコン 【Word③】		就職step up⑩ 応募書類 （自己PRと志望動機）		ワークトレーニング （作業系アセスメント）		アサーション① 【気持ちをまっすぐに伝える】		【お出かけ体力Up】 宇奈月ダム&奇り道ス ウィーツ	
					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							
9	10				AM企業内訓練 11				12 ※14時開所				13				14				15
	脳トレ	来月シフト作成	コミュニケーション 【JST】 提出物を忘れ謝る		オフィストレーニング （事務系アセスメント）		ストレスコントロール③ 【考え方の特徴】		ビジネスコミュニケーション 【メモの取り方】		来月シフト作成		パソコン 【Word④】		就職step up⑪ 自分説明書		アサーション② 【ほめられ上手になる】		ワークトレーニング （作業系アセスメント）		【大人の調理実習】 粉もん満喫!! ～お好み焼き～
	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		
16	17				18				19 ※14時開所				20				21				22
	脳トレ	ワークトレーニング	ビジネスコミュニケーション 【報連相】		ストレスコントロール④ 【認知の工夫①】		ワークトレーニング （作業系アセスメント）		アンガーマネジメント① アンガーマネジメントとは		□水曜日特別講座 【健康管理】 ～ツボ押しで整える、わたしのリズム～		パソコン 【Excel①】		就職step up⑫ 面接時の服装、マナー 質問への対応		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 【職場でのコミュニケーション】		【大人の調理実習】 味覚・食感・季節を楽しむ ～フルーツ飴～
	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		
23	24				AM企業内訓練 25				26 ※14時開所				27				28				29
	【お出かけ・朝活】 桐生珈琲でモーニング				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⑤ 【認知の工夫②～実践】		アンガーマネジメント② アンガーマネジメントの仕方		□水曜日特別講座 【創作活動】 ～ハンドメイドハンガー～		パソコン 【Excel②】		就職step up① 就労準備 ～安定して働くための職業準備性ピラミッド～		コミュニケーション 【JST】 誤いを断る		オフィストレーニング （事務系アセスメント）		【季節の創作活動】 日々のサプライズ ～アドベントカレンダー～	
					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							

≪受診日≫
 医療機関名【 】
 受診日【 / 】

≪ハローワーク≫
 訪問日【 / 】

□振り返り面談： / □評価面談 /

【ヴィストキャリア魚津駅前】