

時間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
			1	2	3	4
10:00～10:10	◎お知らせ ・5月の土曜開所日は11日です。 ・柏市役所販売会は15日(水)です。 ・フォーマルデイは20日(月)です。		朝礼・ラジオ体操	朝礼・ラジオ体操	憲法記念日	みどりの日
10:10～10:50			I.Ks トレーニング / ウォーキング	マインドフルネス motion / ウォーキング		
11:10～12:00			美容講座 / PC 訓練	PC 訓練		
			ランチ休憩	ランチ休憩		
13:00～13:50			PC 訓練	自己理解 (働く上での強みと弱み)		
14:00～14:50			PC 訓練 / 電話対応	自己理解 (働く上での強みと弱み)		
14:50～15:00			終礼・清掃	終礼・清掃		
			6	7		
10:00～10:10	振替休日	朝礼・ラジオ体操	朝礼・ラジオ体操	朝礼・ラジオ体操	朝礼・ラジオ体操	【特別プログラム】 ほめ会
10:10～10:50		ダンササイズ / ウォーキング	I.Ks トレーニング / ウォーキング	マインドフルネス motion / ウォーキング	ストレッチ / ウォーキング	
11:10～12:00		PC 訓練 / 模擬面接	美容講座 / PC 訓練	PC 訓練	ビジネスマナー (指示・メモの取り方)	
		ランチ休憩	ランチ休憩	ランチ休憩	ランチ休憩	
13:00～13:50		PC 訓練 / ハンドクラフト	PC 訓練	ストレスマネジメント (リラクゼーション)	茶話会	
14:00～14:50		PC 訓練 / ハンドクラフト	PC 訓練 / 電話対応	ストレスマネジメント (リラクゼーション)	PC 訓練	
14:50～15:00		終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	
		13	14	15	16	
10:00～10:10	朝礼・ラジオ体操	朝礼・ラジオ体操	朝礼・ラジオ体操	朝礼・ラジオ体操	朝礼・ラジオ体操	【販売会】 大きなテーブル (四街道文化センター)
10:10～10:50	TK- フローヨガ / ウォーキング	ダンササイズ / ウォーキング	I.Ks トレーニング / ウォーキング	マインドフルネス motion / ウォーキング	ストレッチ / ウォーキング	
11:10～12:00	就労プログラム (職場体験実習)	PC 訓練 / 模擬面接	PC 訓練	PC 訓練	ビジネスマナー (報告・連絡・相談)	
	ランチ休憩	ランチ休憩	市役所販売会	ランチ休憩	ランチ休憩	
13:00～13:50	PC 訓練	PC 訓練 / ハンドクラフト	PC 訓練	ステップアップ講座 (価値観とライフスタイル)	PowerPoint 講座 / PC 訓練	
14:00～14:50	PC 訓練	PC 訓練 / ハンドクラフト	PC 訓練	ステップアップ講座 (価値観とライフスタイル)	PC 訓練	
14:50～15:00	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	
	20 フォーマルデイ	21	22	23	24	
10:00～10:10	朝礼・ラジオ体操	朝礼・ラジオ体操	朝礼・ラジオ体操	朝礼・ラジオ体操	朝礼・ラジオ体操	
10:10～10:50	TK- フローヨガ / ウォーキング	ダンササイズ / ウォーキング	I.Ks トレーニング / ウォーキング	マインドフルネス motion / ウォーキング	ストレッチ / ウォーキング	
11:10～12:00	就労プログラム (企業研究の仕方)	PC 訓練 / 模擬面接	美容講座 / PC 訓練	PC 訓練	ビジネスマナー (情報の取り扱い)	
	ランチ休憩	ランチ休憩	ランチ休憩	ランチ休憩	ランチ休憩	
13:00～13:50	PC 訓練	PC 訓練 / ハンドクラフト	PC 訓練	ストレスマネジメント (セルフモニタリング)	軽作業実践	
14:00～14:50	PC 訓練	PC 訓練 / ハンドクラフト	PC 訓練 / 電話対応	ストレスマネジメント (セルフモニタリング)	軽作業実践	
14:50～15:00	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	
	27	28	29	30	31	
10:00～10:10	朝礼・ラジオ体操	朝礼・ラジオ体操	朝礼・ラジオ体操	朝礼・ラジオ体操	朝礼・ラジオ体操	
10:10～10:50	TK- フローヨガ / ウォーキング	ダンササイズ / ウォーキング	I.Ks トレーニング / ウォーキング	マインドフルネス motion / ウォーキング	ストレッチ / ウォーキング	
11:10～12:00	就労プログラム (企業が求める人材)	PC 訓練 / 模擬面接	美容講座 / PC 訓練	PC 訓練	ビジネスマナー (電話対応)	
	ランチ休憩	ランチ休憩	ランチ休憩	ランチ休憩	ランチ休憩	
13:00～13:50	PC 訓練	PC 訓練 / ハンドクラフト	PC 訓練	ステップアップ講座 (職場での困難場面に備える)	みんなの発表会	
14:00～14:50	PC 訓練	PC 訓練 / ハンドクラフト	PC 訓練 / 電話対応	ステップアップ講座 (職場での困難場面に備える)	PC 訓練	
14:50～15:00	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	終礼・清掃	