

3月 ご利用予定表							名前：
日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
1	2	3	4	5	6	7	
	PDCA 10-12	栄養講座(料理編) 10-12	ヨガ 10-12	MOSサークル 10-12 SST 13-15	卓球 10-12	求人票の見方 10-12 発掘 13-15	
8	9	10	11	12	13	14	
	ジョブスキル 13-15	ディベート 13-15	ウォーキング 10-12 防災ゲーム 13-15	MOSサークル 10-12 SST 13-15	悩み吐き出し会 13-15	ホワイトデー 10-12	
15	16	17	18	19	20	21	
	HWツアー 13-15	話し方講座 10-15	ヨガ 10-12	MOSサークル 10-12 SST 13-15	ドラッグストアショー 10-15	ハンドメイド 13-15	
22	23	24	25	26	27	28	
	ジョブスキル 13-15	栄養講座 10-12 ディベート 13-15	ウォーキング 10-12	MOSサークル 10-12 健康教室 13-15	お花見 10-15	フリマ 10-15	
29	30	31					
	卓球 13-15	大掃除 10-12					

講座名	内容	担当職員
PDCA	振り返りをし、未来の計画を立てよう	平田
栄養講座	体と心の健康づくりのために栄養・食事の仕方を学びます	岡本
ヨガ	身体が硬い人にオススメ！畳の上でゆっくりやります	河合
MOS	MOS資格取得の為、各種機能の習得を目指します	竜田
SST	ゲームを通して気楽にコミュニケーションをとります	林
卓球	運動不足解消のため。楽しく身体を動かそう	竜田
健康教室	五感を磨く方法について学びます！	河合
ジョブスキル	働くために必要な知識・スキルを学んでいきます	岡本
ディベート	論理的にしゃべる練習をします	林
ウォーキング	就職に必要な体力をみにつけよう	岡本/河合
悩み吐き出し会	匿名のお悩みアンケートを紹介し、みんなで悩みをシェアします	河合
ホワイトデー	ホワイトデーより白いスイーツづくり	岡本
サークル活動	利用者さん主体で各々サークルとして活動します	全職員
HWツアー	ハロワーク千葉に行き、求人票の検索を行います	平田
お花見	サンドウィッチを作って幕張海浜公園へお花見へ(サポステ合同イベント)	河合
防災ゲーム	グループに分かれて災害時における判断力を磨きましょう	三橋
発掘	意外とハマる発掘イベント！久しぶりに掘ります	平田
話し方講座	ビジネスマンとしての話し方や、声の出し方。歌を歌う時もあります	小島先生

※予定は変更する場合があります。

パレット稲毛海岸

講座 イベント ※予定は変更する場合があります。