

# スケジュール提出のお願い (期限: 11月28日(土)まで)

- ①名前の入力
- ②日付横の空欄で通所or在宅の選択
- ③訓練時間の入力
- ④参加する講座名の左横の空欄で「参加」、不参加には「不参加」の入力。
- ⑤お弁当の右空欄にて、食べる場合は「○」、食べない場合は「×」を選択

例	通所
訓練時間	10-15
参加	10-12 イベント1
不参加	13-15 イベント2
お弁当	○

12月のスケジュール						氏名
月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	
訓練時間	訓練時間	訓練時間	訓練時間	訓練時間	訓練時間	
	10-12 PDCA		10-12 PC基礎		10-12 採用面接100本ノック	
	13-15 ディベート	13-15 サークル活動	13-15 ヨガ	13-15 JST	13-14 SSO	
お弁当	お弁当	お弁当	お弁当	お弁当	お弁当	
<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	
訓練時間	訓練時間	訓練時間	訓練時間	訓練時間	訓練時間	
10-12 ウォーキング	10-12 栄養講座	10-12 ヨガ		10-12 防災訓練		
13-15 ICT	13-14 7ルール	13-15 ニュース座談会12月場所	13-15 SST	13-15 防災ゲーム		
お弁当	お弁当	お弁当	お弁当	お弁当	お弁当	
<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	
訓練時間	訓練時間	訓練時間	訓練時間	訓練時間	訓練時間	
10-12 写真部	11-12 英語	11-12 ダンスサイズ	10-12 PC基礎	10-12 ジョブスキル	10-12 求人動向	
13-15 読書会	13-15 ディベート	13-15 ヨガ	13-15 SST	13-15 サークル活動		
お弁当	お弁当	お弁当	お弁当	お弁当	お弁当	
<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	
訓練時間	訓練時間	訓練時間	訓練時間	訓練時間	訓練時間	
10-12 クリスマス準備	10-12 栄養講座	10-12 ヨガ	10-12 クリスマス会準備	10-15	10-11 書道	
13-15 ICT	13-15 外出企画	13-15 クリスマス準備	13-15 イブ会(SST&歌唱)	クリスマス会	11-12 発掘	
お弁当	お弁当	お弁当	お弁当	お弁当	お弁当	
<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>			
訓練時間	訓練時間	訓練時間	訓練時間	訓練時間	訓練時間	
10-12 冷蔵庫整理	10-12 今年の振り返り					
13-15 大掃除	13-15 映画鑑賞					
お弁当	お弁当	お弁当	お弁当	お弁当	お弁当	
訓練時間	訓練時間	訓練時間	訓練時間	訓練時間	訓練時間	
お弁当	お弁当	お弁当	お弁当	お弁当	お弁当	

講座名	内容	担当職員
PDCA	先月の振り返りと今月の目標をたててみよう。	平田
ディベート	論理的にしゃべる練習をします	林
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をします。	宍倉
PC基礎	お仕事で使うPCの基本的なスキルを確認します。	竜田
ヨガ	寒い冬に耐えられるカラダ作りを目指します。	河合
JST	働くために必要な知識・スキルの習得を目指します	岡本
採用面接100本ノック	採用面接で質問されそうなことを考えてみよう。	平田
SSO	社会福祉支援研究機構主催 「繋がってるよ!笑顔になろうよ!」プロジェクト 第15弾 12月5日「プロレス式トレーニング-PART2-」	機構
ウォーキング	稲毛海岸まで往復歩6,000歩ほど歩きます。	河合
ICT	ICT活用・情報リテラシー・情報セキュリティについて学びます。	岡本
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
ニュース座談会12月場所	身近なニュースを題材に、人権についてみんなで史郎!考えよう!	長谷川
SST	ゲームや対話を通してコミュニケーションの訓練をします。	林
防災訓練	全員参加の防災訓練です。	平田
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 (パレットオリジナルver)	三橋
写真部	ウォーキングを兼ねて稲毛海岸周辺の写真を撮りに行きます	岡本
読書会	自分の好きな本を持ち寄って紹介し合います。	河合
英語	外国語がわかると表現の幅が広がります。初めての方、英語が苦手な方でも大丈夫です♪	長谷川
ダンスサイズ	みんなで楽しく有酸素運動! 10分あたり72和音が表示できます♪ みんなでやるからがんばれます!	長谷川
求人動向	いま、どんな求人が出ているか あと、就職活動の話もします。	平田
クリスマス準備	クリスマス会に参加される方はできる限りご参加ください。	岡本・竜田
栄養講座	栄養講座調理編です。	岡本
外出企画	1月の外出先を決めよう (外出される方は原則全員参加です)	三橋
イブ会(SST&歌唱)	SSTによる発表&話し方講座による歌唱とリズムアンサンブル	林・小島
クリスマス会	料理とプレゼント交換・ミニゲームもあり	全職員
書道	好きな文字、絵などをかいてみよう。	平田
発掘	手指を細かく動かし集中力を高めよう。	平田
冷蔵庫整理	冷蔵庫の中身にあるもので簡単な料理をします。	河合
大掃除	来年の運気を呼び込むべく、たのしく掃除!	全職員
今年の振り返り	2020年がんばったこと、できたことを振り返ります。	河合
映画鑑賞	食事に行って映画を見に行きます	岡本