

平成29年3月のプログラム

	月	火	水	木	金	土
			1日	2日	3日	4日
午前			ビジネスマナー 「身だしなみについて」		ビジネスマナー 「挨拶について」	
午後			運動プログラム	アサーションスキルトレーニング 「自分の考えを伝えよう」	面接練習	
お知らせ						
	6日	7日	8日	9日	10日	11日
午前	ペン字練習	プレゼンテーション	体幹トレーニング	ピッキング練習	SST	
午後	脳トレ	—	ストレッチ&リラクゼーション	グループワーク 「不安について考えよう」	スキルアッププログラム 「履歴書作成のポイント」	
お知らせ						
	13日	14日	15日	16日	17日	18日
午前	脳トレ	体幹トレーニング	ビジネスマナー 「電話対応について」	SST	パソコン練習	
午後	ペン字練習	面接練習	ストレッチ&リラクゼーション	アサーションスキルトレーニング 「自分の考えを伝えよう」	運動プログラム	
お知らせ						
	20日	21日	22日	23日	24日	25日
午前	春分の日	ストレッチ&リラクゼーション	体幹トレーニング	パソコン練習	運動プログラム	
午後		SST	グループワーク [女性限定]	職業適性診断 「自分に合う仕事は？」	プレゼンテーション	
お知らせ						
	27日	28日	29日	30日	31日	
午前	脳トレ	体幹トレーニング	ピッキング練習	アサーションスキルトレーニング 「自分の考えを伝えよう」	運動プログラム	
午後	ペン字練習	面接練習	ストレッチ&リラクゼーション	スキルアップトレーニング 「求人票の見方」	SST	
お知らせ						

※プログラム内容、時間は変更になる場合があります。

午前: 11時~12時

午後: 14時45分~15時45分

のプログラムは参加者をスタッフが指定します。全員は参加できませんのでご了承ください。

《プログラム内容》

■コミュニケーションプログラム

- アサーション…断り方の練習、相手に不快感を与えないよう自分の思いを伝えるなどコミュニケーションの練習ができます。
- プレゼンテーション…自分のことを相手に伝える練習をします。
- SST…働くためのコミュニケーションの練習をします。
- グループワーク…テーマを決めてみなさんで話したり、調理などをします。

■ビジネススキルアッププログラム

- ビジネスマナー…社会人として必要なビジネスマナーを学ぶプログラムです。
- ピッキング…普段の作業を時間を測ってやることによって、スピードや効率のアップをはかるプログラムです。

■就職活動プログラム

- 就労プログラム登龍門…これから就職活動をしていくにあたって必要な知識を学ぶプログラムです。
- ペン字練習と履歴書…繰り返し練習をし、綺麗な履歴書を書くことを目指します。
- 面接練習…就職面接の実践練習をおこないます。
- 求人票の見方講座…求人票を見る際のポイントをお伝えします。

■その他プログラム

- 運動プログラム…働くための基礎体力作りをおこないます。
- 脳トレ…簡単な問題を解き、休み明けの脳を活性化させるプログラムです。
- 作業プログラム…普段の作業を時間を測ってやることによって、スピードや効率のアップをはかるプログラムです。