

10月の月間予定表

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
1 A.M. 個別学習	2 A.M. 個別学習	3 A.M. 個別学習	4 A.M. 個別学習	5 A.M. ★イベント★ 簡単ストレッチ	6 A.M. ★イベント★ ジョブステ卓球 14:00まで	7 お休み
P.M. ◆グループワーク◆ 今月の目標設定	P.M. 個別学習	P.M. 個別学習	P.M. 個別学習	P.M. 個別学習		
8 祝 A.M. ★イベント★ ホットサンドを作ろう! 14:00まで	9 A.M. 個別学習	10 A.M. 個別学習	11 A.M. 個別学習	12 A.M. ★イベント★ 簡単ストレッチ	13 A.M. ★イベント★ 本気のヨガをやる! 14:00まで	14 お休み
	P.M. 個別学習	P.M. ◆グループワーク◆ 自己分析の仕方	P.M. 個別学習	P.M. ◆グループワーク◆ イベント企画①		
15 A.M. 個別学習	16 A.M. 個別学習	17 A.M. 個別学習	18 A.M. 個別学習	19 A.M. ★イベント★ 簡単ストレッチ	20 A.M. ★イベント★ なんでも茶話会 14:00まで	21 お休み
P.M. 個別学習	P.M. ◆グループワーク◆ 履歴書って?	P.M. 個別学習	P.M. ◆グループワーク◆ イベント企画②	P.M. 個別学習		
22 A.M. 個別学習	23 A.M. 個別学習	24 A.M. 個別学習	25 A.M. 個別学習	26 A.M. 個別学習	27 A.M. ★イベント★ 合同ボーリング 14:00まで	28 お休み
P.M. ◆グループワーク◆ 面接時のマナー	P.M. 個別学習	P.M. 個別学習	P.M. 個別学習	P.M. ★イベント★ 品川ウォーキング		
29 A.M. 個別学習	30 A.M. 個別学習	31 A.M. 個別学習				
P.M. ★イベント★ 企画イベント	P.M. 個別学習	P.M. ◆グループワーク◆ 今月の振り返り				

<今月の共通目標>

就労を見据えて、週5日以上の通所を定着させよう!

週5日以上の通所が出来るようになってきましたが、ここを定着させないと、就活の時に非常にネックになります。会社は「週5日、一日6～8時間勤務」が基本形です。この週5日の勤務は想像する以上に体力や気力が必要です。

最初の4～5日は辛いかもしれませんが、意外と慣れるものです。やってみましょう!

- コ コミュニケーションスキル向上プログラム
- ビ ビジネススキル向上プログラム
- 自 自己啓発プログラム
- 体 体力向上プログラム
- リ リフレッシュプログラム

