

ワン・ブリッジ町田

2024年10月予定表

曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
日付		1	2	3	4	5
10:00～	朝礼	朝礼	朝礼	朝礼	朝礼	朝礼
10:10～ 11:00		ビジネスマナー	グループワーク	【選択プログラム】 実務/ジョブ/PC	ジョブトレーニング	
11:10～ 12:00		PCトレーニング				
12:00～13:00		休憩	休憩	休憩	休憩	
13:00～ 14:30		ロコワーク	セルフトレーニング	キャリア支援 志望動機 ※PC使用検討	就労シミュレーション ※スーツ着用推奨※	
14:40～ 15:30			PCトレーニング			
15:30～16:00	清掃・日報					
日付	7	8	9	10	11	12
10:00～	朝礼	朝礼	朝礼	朝礼	朝礼	朝礼
10:10～ 11:00	実務トレーニング	セルフトレーニング	【外部講師イベント】 アンガーマネジメント & アートセラピー講座	【選択プログラム】 実務/ジョブ/PC	ジョブトレーニング	ボードゲーム大会
11:10～ 12:00		PCトレーニング				
12:00～13:00	休憩	移動	休憩	休憩	休憩	休憩
13:00～ 14:30	ビジネス コミュニケーション ～指示を出す～	ロコワーク	セルフトレーニング	キャリア支援 応募書類(職務経歴書) ※要PC	就労シミュレーション ※スーツ着用推奨※	セルフトレーニング
14:40～ 15:30			PCトレーニング			
15:30～16:00	清掃・日報					

～土曜・特別プログラムのご案内～

○10/9 (水) 10:10～12:00 外部講師イベント【アンガーマネジメント&アートセラピー講座】

NPO法人ここからねっと理事長を務めている先生に、アンガーマネジメントについて講義していただき日常生活で感じる怒りやストレスを上手にコントロールする方法を学びます。また、アートセラピーでは「おこりんぼう」のワークをします。怒りの原因を理解し、冷静な対応方法を身に付けることで、より良い人間関係や仕事環境を築くことができるような講座となっています。

○10/12 (土) 10:10～12:00 ボードゲーム大会

ボードゲームを持ち寄って、参加者全員でゲームをします！ゲームを通じて、コミュニケーションスキルや問題解決力を身に付けましょう。また、ゲームは気分転換にもなるため、日々のストレス発散にも繋がります。ぜひ、みんなでリフレッシュしましょう！※ボードゲームを持っていない方ももちろん参加可能です。

○10/26 (土) 13:00～15:30 外部講師イベント【こころの窓とコミュニケーション】

NPO法人ここからねっと理事の認定心理士の先生に、こころの窓(ジョハリの窓)とは/自己開示とフィードバック/共感的理解/コミュニケーションについて/チェックシートによる気づき/ミスコミュニケーション(お絵描きゲーム)を半日で学ぶことができます。簡単なゲームを通してコミュニケーションについて一緒に考えてみませんか？

～プログラムに関するお知らせ～

○10/21 (月) 13:00～15:30は「ロコワーク」に変更になります。

22日(火)は町田市地域活動サポートオフィスでのボランティア活動を行う為、ロコワークが21日(月)の13:00～15:30へ変更になります。利用者様にはご理解いただけますと幸いです。よろしくお願いいたします。

○10/14、10/28の午後は前半が1時間、後半が1時間30分(コマ交換)で行います

スケジュールの調整上、前半が「ディスカッション」、後半が「リフレッシュ」となります。利用者様にはご理解いただけますと幸いです。よろしくお願いいたします。

○就労シミュレーション/ビジネスコミュニケーションについて

就労を意識し、できるだけスーツを着用していきましょう。

ワン・ブリッジ町田

2024年10月予定表

曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
日付	14	15	16	17	18	19
10:00~	朝礼	朝礼	朝礼	朝礼	朝礼	朝礼
10:10~ 11:00	実務トレーニング	ビジネスマナー	グループワーク	【選択プログラム】 実務/ジョブ/PC	ジョブトレーニング	
11:10~ 12:00		PCトレーニング				
12:00~13:00	休憩	休憩	休憩	休憩	休憩	
13:00~ 14:30	ディスカッション	ロコワーク	セルフトレーニング	キャリア支援 応募書類（障害説明書） ※要PC	就労シミュレーション ※スーツ着用推奨※	
14:40~ 15:30	リフレッシュ 【室内運動+フリー】		PCトレーニング			
15:30~16:00	清掃・日報					
日付	21	22	23	24	25	26
10:00~	朝礼	朝礼	朝礼	朝礼	朝礼	朝礼
10:10~ 11:00	実務トレーニング	セルフトレーニング または ボランティアサポート	グループワーク	【選択プログラム】 実務/ジョブ/PC	ジョブトレーニング	セルフトレーニング
11:10~ 12:00						
12:00~13:00	休憩	休憩	休憩	休憩	休憩	休憩
13:00~ 14:30	ロコワーク	セルフトレーニング または ボランティアサポート	セルフトレーニング	キャリア支援 応募書類（送付状・ 封筒の書き方）※要PC	就労シミュレーション ※スーツ着用推奨※	【外部講師イベント】 こころの窓と コミュニケーション
14:40~ 15:30		PCトレーニング				
15:30~16:00	清掃・日報					
日付	28	29	30	31		
10:00~	朝礼	朝礼	朝礼	朝礼	朝礼	朝礼
10:10~ 11:00	実務トレーニング	ビジネスマナー	グループワーク	【選択プログラム】 実務/ジョブ/PC		
11:10~ 12:00		PCトレーニング				
12:00~13:00	休憩	休憩	休憩	休憩		
13:00~ 14:30	ビジネス コミュニケーション ~職場での雑談などで 困ったとき~	ロコワーク	セルフトレーニング	キャリア支援 合同説明会・企業訪問 ※要PC		
14:40~ 15:30			PCトレーニング			
15:30~16:00	清掃・日報					

~お知らせ~

- ※通所される方は、各自手洗い、うがい、マスク着用の徹底をお願い致します。
- ※プログラム内容は変更となる可能性がございます。変更となった場合は、随時ご連絡致します。
- ※在宅ワーク時の時間割は午前10：00～12：00、午後13：00～15：00です。
- ※セルフチェックシートは月末に忘れずに記入してください！
- ※まちカフェが終わる11月までは、火曜日の午後は2時間半「ロコワーク」となります。