

# 12月度訓練スケジュール

# アビリティーズジャスコ稲毛海岸センター 2023



	日	月	火	水	木	金	土
日	/					1	2
10:30 ~ 12:30						求人応募 スキル	支援員持ち回り講座
13:30 ~ 15:30						12月の目標作成	/
						面談/個別ワーク	
日	3	4	5	6	7	8	9
10:30 ~ 12:30	/	模擬職場訓練	仕事で使えるパソコン講座	ブレインフィットネス	集団行動訓練	SST「個別課題の克服」	支援員持ち回り講座
13:30 ~ 15:30		一般常識	コミュニケーションワーク	基礎体力向上講座	接客対応	ビジネスマナー講座	/
		面談/個別ワーク	面談/個別ワーク	面談/個別ワーク	面談/個別ワーク	面談/個別ワーク	
日	10	11	12	13	14	15	16
10:30 ~ 12:30	/	仕事で使えるパソコン講座	生活設計	コミュニケーションスキル「心の花束」	SST「お願いの仕方と断り方」	求人応募 スキル	支援員持ち回り講座
13:30 ~ 15:30		軽作業訓練	働くための認知行動療法 第17回	/	PSWによるセルフケア・プログラム	PC個別課題	/
		面談/個別ワーク	面談/個別ワーク		面談/個別ワーク	面談/個別ワーク	
日	17	18	19	20	21	22	23
10:30 ~ 12:30	/	仕事で使えるパソコン講座	ブレインフィットネス	就労準備プログラム「就労意識を振り返る」	模擬職場訓練	SST「個別課題の克服」	支援員持ち回り講座
13:30 ~ 15:30		ビジネスマナー講座	コミュニケーションワーク	集中力向上講座	電話・メール対応	PSWによるセルフケア・プログラム	/
		面談/個別ワーク	面談/個別ワーク	面談/個別ワーク	面談/個別ワーク	面談/個別ワーク	
日	24/31	25	26	27	28	29	30
10:30 ~ 12:30	/	ビジネススキル(応用編)	求人応募スキル・面接練習	仕事で使えるパソコン講座	グループディスカッション	年末年始の過ごし方	支援員持ち回り講座
13:30 ~ 15:30		一般常識	軽作業訓練	基礎体力向上講座	働くための認知行動療法 第18回	年末総決算	/
		面談/個別ワーク	面談/個別ワーク	面談/個別ワーク	面談/個別ワーク	面談/個別ワーク	

※ 個別ワーク = パソコン (データ入力、MOS、ビジネス文書作成)、軽作業、基礎学力など