

2022年3月 (March)	日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4	5
朝礼(10:00-10:10)							
10:10-10:50			あさカツ	あさカツ	就職対策講座 (面接演習①)	あさカツ	
11:00-12:00			筆記試験対策②	ビジネスマナー		SST(行動を振り返ろう)	
お昼(12:00-13:00)							
13:00-13:50			スキルアップ トレーニング	スキルアップ トレーニング	スキルアップ トレーニング	振り返り面談	
14:00-14:50							
終礼(14:50-15:00)							
	6	7	8	9	10	11	12
朝礼(10:00-10:10)							
10:10-10:50		あさカツ	あさカツ	あさカツ	就職対策講座 (面接演習②)	あさカツ	
11:00-12:00		パソコン実務	文章作成講座 (自己PR文章作成・事例研究)	企業研究		ワークライフバランス	
お昼(12:00-13:00)							
13:00-13:50		スキルアップ トレーニング	スキルアップ トレーニング	スキルアップ トレーニング	スキルアップ トレーニング	振り返り面談	
14:00-14:50							
終礼(14:50-15:00)							
	13	14	15	16	17	18	19
朝礼(10:00-10:10)							
10:10-10:50		あさカツ	あさカツ	あさカツ	就職対策講座 (面接演習③)	あさカツ	イベントプログラム
11:00-12:00		パソコン実務	求人検討会	アサーティブトレーニング		SST(行動を振り返ろう)	
お昼(12:00-13:00)							
13:00-13:50		スキルアップ トレーニング	スキルアップ トレーニング	スキルアップ トレーニング	スキルアップ トレーニング	振り返り面談	
14:00-14:50							
終礼(14:50-15:00)							
	20	21	22	23	24	25	26
朝礼(10:00-10:10)							
10:10-10:50			筆記試験対策②(振り返り)	WRAP®クラス (元気回復行動プラン)	就職対策講座 (面接演習④)	あさカツ	
11:00-12:00			心理学講座③			ワークライフバランス	
お昼(12:00-13:00)							
13:00-13:50		スキルアップ トレーニング	スキルアップ トレーニング	スキルアップ トレーニング	スキルアップ トレーニング	振り返り面談	
14:00-14:50							
終礼(14:50-15:00)							
	27	28	29	30	31		
朝礼(10:00-10:10)							
10:10-10:50		あさカツ	あさカツ	あさカツ	就職対策講座 (面接演習⑤)		
11:00-12:00		パソコン実務	アイデアを広げよう	企業研究			
お昼(12:00-13:00)							
13:00-13:50		スキルアップ トレーニング	スキルアップ トレーニング	スキルアップ トレーニング	スキルアップ トレーニング		
14:00-14:50							
終礼(14:50-15:00)							

## ※プログラム紹介

- 毎週火曜日、木曜日の講座担当は駒澤大学経済学部非常勤講師も務めている、採用・面接アドバイザーの川村稔氏です。  
講座は、①就職対策講座、②文章作成講座、③心理学講座等を用意しています。  
内容：①は、面接の場を想定した実践に近く、面接時に役立つ講座、②は、履歴書作成等で求められる自己PR文等の作成講座、③は、職場で役立つ心理学を学ぶ講座です。
- パソコン実務では、実務に必要なパソコンスキルとは何かを踏まえ、実践で使いこなすことのできるスキルを基礎から応用まで丁寧に指導します。
- WRAP®(元気回復行動プラン)クラスでは、WRAP®ファシリテーターの認定資格を持つ職員との進行で、その人がその人らしく、日々を「良い感じ」で過ごすために必要な自身の「取扱説明書」の作成に繋がる講座となります。進行は皆さんの協力も必要となりますので、コミュニケーションスキルの向上にも繋がる内容となります。
- 企業研究では、企業についての知識を得ると同時に、自分の目指すところと企業とがどの程度マッチングしているかの見極めとしても欠かせないステップの実習を行います。
- SSTとは、社会で人と人が関わりながら生きていくためには欠かせないスキルとなります。講座への参加で自然とスキルが身につくような講座となります。
- ビジネスマナーでは、社会人として必要とされるマナー、教養が身につく講座となります。
- アイデアを広げようは、柔軟性や発想力の向上を狙いとした講座となります。
- ワークライフバランスは、就労準備に向けた生活の在り方や、仕事と休日の過ごし方の理想的な関係について考えます。
- あさカツとは、「朝の時間を有効活用することは、仕事においても生きる上においても大切なこと」との思いからのネーミングです。この時間では日々の目標の設定を行ったり、また日々の講座に参加する中で得た知識をより深めたり、自身が今日何をすべきかを考えたりするための時間です。
- スキルアップトレーニングでは、個別支援計画で目標としている個別訓練内容や、一週間の振り返り、面談で確認した内容に取り組みます。  
軽作業、ファイリングやデータ入力等の模擬就労訓練も用意しています。
- 振り返り、面談では、一週間の振り返りを行い、振り返りを基にした面談を行います。面談を通じ、目標などの整理を一緒に行っていきます。

※プログラムへの参加、面談については、それぞれの取り組み状況により参加の有無や面談の実施は変わっていきます。無理のない進め方を一緒に考えていきますのでご安心ください。