

10月

就労移行支援 月間プログラム予定 2025年(令和7年)10月

氏名

ここジョブ TEL(082)277-1279

月	火	水	木	金	土	日
※通常のプログラムでは、午前は10時00分から11時00分までの60分、午後は13時00分から14時00分までの60分となります。 ※又、集中カトレーニングについては、午前は10時00分から11時30分、午後は13時00分から14時30分までの90分となります。(天風録は60分) ※フリースペースは、プログラム室で行います。応募書類の作成や資格勉強等、有意義な時間として活用してください。		1	2	3	4	5
		全員集合！ ～スタッフからのお知らせ～	集中カトレーニング (電卓)	【グループワーク】 自分の強み発見と 働きかたのイメージ ～自分らしく働く為の第一歩～	職務経歴書作成 (下地作り)	休み
		体力UPスポーツ	履歴書作成	ストレッチ	フリースペース	
6	7	8	9	10	11	12
【グループワーク】 こころの調律 ～心を落ち着かせる方法とは～	合同説明会	【実践形式】 面接カトレーニング	フリーオープントーク	マイナスをプラスに変える 視点の技術 ～気持ちを軽くするコツとは～	職務経歴書作成 (清書)	休み
フリースペース		体力UPスポーツ	写真でつながるトークタイム ～想いを言葉にして～	集中カトレーニング (ペーパークラフト)	フリースペース	
13 スポーツの日	14	15	16	17	18	19
こころのリセットタイム ～落ち着いたひと時を～	ここジョブ®活用術	食えることがこころを作る ～みんなで話そう栄養と健康～	便利ワザ、推しワザシェアタイム ～みんなで役立つ工夫を 持ち寄ろう～	集中カトレーニング (シール貼り)	自己紹介シート (下地作り)	休み
フリースペース	集中カトレーニング (筆ペン)	体力UPスポーツ	フリースペース	【グループワーク】 働く力の見える化 ～自分をチェックして整理しよう～	ストレッチ	
20	21	22	23	24	25	26
チームワーク 実践トレーニング	集中カトレーニング (天風録)	私の街、あなたの街 ～地域の知恵をつなごう～	ウォーキング	【グループワーク】 伝え方ひとつで変わる コミュニケーションの工夫	自己紹介シート (清書)	休み
フリースペース	【グループワーク】 求人票の見方を極める！ ～仕事選びのコツ～	体力UPスポーツ	就労オープントーク	【実践形式】 面接カトレーニング	フリースペース	
27	28	29	30	31		
【グループワーク】 自立って何だろう？ ～多様な視点を知る時間～	集中カトレーニング (漢字)	フリースペース	こころのリセットタイム ～落ち着いたひと時を～	【グループワーク】 面接に強くなる！ ～自分を上手く話す工夫～		
フリースペース	SPI(非言語的分野)を 解いてみよう ～初級編～	ジョブガイダンス 「企業における障害者雇用の意義 ～企業の取組について聞いてみよう！～」 13:00～本館 多目的ホール	集中カトレーニング (物品購入)	モルック		