

# 2021年8月 サポステ講座 スケジュール

月曜日		火曜日	水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前	午後		午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
										
2 10:00~12:00 PCTトレーニング	13:30~15:30 PCTトレーニング	3 閉館日	4 10:00~12:00 スタート オリエンテーション	13:00~15:00 A 仕事に役立つ Wordビジネス文書 ②	5 10:00~12:00 B 仕事に役立つ Word ビジネス文書 ②	13:00~14:30 B 心理教育③ 14:00~15:30 Y HWへ行こう	6 10:00~12:00 ストレスと上手 に付き合う① 10:00~11:30 コミュニケーションを 楽しもう①	13:00~14:30 整理収納で 暮らしを整えよう①	7 10:00~12:00 自分の良さを 確認しよう 10:30~12:00 自分の興味分野を 知ろう (VRT) ①	13:30~15:30 ビジネスマナー① 13:30~15:00 自分の職業適性を 見てみよう (GATB) ①
9 閉館日 (振り替え休日)	10:00~12:00 B 仕事に役立つWord ビジネス文書③	10 閉館日	11 11:00~12:00 職業訓練について 学ぼう 10:00~11:30 コミュニケーションを 楽しもう②	13:00~15:00 A 仕事に役立つ Word ビジネス文書 ③	12 10:30~12:00 働き方と生活費 (働き方編)	14:00~15:30 エゴグラムを使った 自己理解 13:30~15:00 働き方と生活費 (生活費編)	13 10:00~12:00 ストレスと上手 に付き合う②	13:00~14:30 整理収納で 暮らしを整えよう②	14 10:00~12:00 応募書類を 作成してみよう (準備編)	13:30~15:30 ビジネスマナー②
16 10:00~12:00 PCTトレーニング	13:30~15:30 PCTトレーニング	17 閉館日	18 10:00~11:30 表現力を 身につけよう① 10:00~11:30 コミュニケーションを 楽しもう③	13:00~15:00 A 仕事に役立つ Word ビジネス文書 ④	19 10:00~12:00 B 仕事に役立つ Wordビジネス文書 ④	13:00~14:30 アサーション①	20 10:00~12:00 ストレスと上手 に付き合う③	13:00~14:30 身体をほぐそう	21 10:00~12:00 応募書類を 作成してみよう (作成編) 10:30~12:00 自分の興味分野を 知ろう (VRT) ②	13:30~15:00 家族会 13:30~15:00 自分の職業適性を 見てみよう (GATB) ②
23 10:00~12:00 PCTトレーニング	13:30~15:30 PCTトレーニング	24 閉館日	25 10:00~11:30 表現力を 身につけよう② 10:00~11:30 コミュニケーションを 楽しもう④	13:00~15:00 A 仕事に役立つ Word ビジネス文書 ⑤	26 10:00~11:30 対人距離感を 考えよう	13:00~14:30 アサーション② 14:00~16:00 Y HWチャレンジ講座	27 10:00~12:00 ストレスと上手 に付き合う④		28 10:00~12:00 皆で面接練習を してみよう	13:30~15:30 ソーシャルミーティング
30 10:00~12:00 PCTトレーニング	13:30~15:30 PCTトレーニング	31 閉館日	10:00~12:00 B 仕事に役立つWord ビジネス文書⑤							