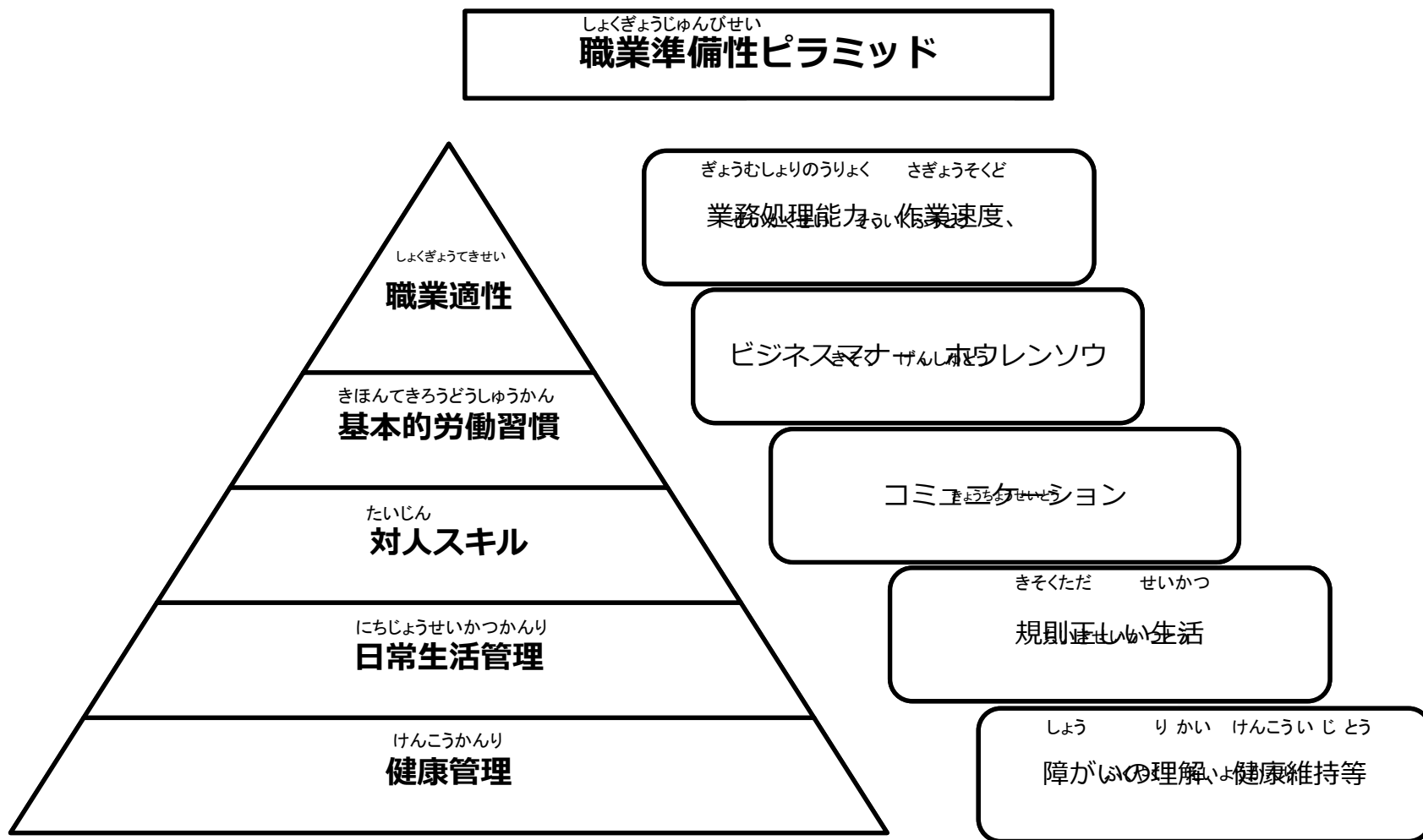


## チャレンジド・アソウ新大阪事業所の3月のカリキュラム

朝礼: 10:00~10:15 雑談タイム: 11:55~12:00 掃除・終礼: 14:40~15:00

	備考	1コマ		2コマ		3コマ		4コマ	
		10:15 ~ 11:00		11:10 ~ 12:00		13:00 ~ 13:45		13:55 ~ 14:40	
3/1	水	受講の手引き確認			目標面談(マイチャレ)		自習		
3/2	木	10分 タイピング タイム	職業適性 【PC基礎(知識・操作)／オンライン】			ストレッチ	目標面談(マイチャレ)		
3/3	金	避難訓練				10分 タイピング タイム	目標面談(マイチャレ)		
3/4	土	余暇活動の過ごし方 【茶話会(YouTubeを見よう)】				家族相談会			
3/5	日								
3/6	月	10分 タイピング タイム	目標面談(マイチャレ)			ストレッチ	目標面談(マイチャレ)		
3/7	火	10分 タイピング タイム	対人スキル 【イベント企画】			ストレッチ	目標面談(マイチャレ)		
3/8	水	10分 タイピング タイム	職業適性 【ITスキル(HTML)／オンライン】			自習			
3/9	木	10分 タイピング タイム	職業適性 【PCレクチャー(MOS)／オンライン】			ストレッチ	目標面談(マイチャレ)		
3/10	金	10分 タイピング タイム	目標面談(マイチャレ)			ストレッチ	目標面談(マイチャレ)		
3/11	土	余暇活動の過ごし方 【映画鑑賞】				家族相談会			
3/12	日								
3/13	月	10分 タイピング タイム	対人スキル 【イベント企画】			ストレッチ	目標面談(マイチャレ)		
3/14	火	10分 タイピング タイム	対人スキル 【グループワーク】			ストレッチ	基本的労働習慣 【就職活動の進め方】		
3/15	水	日常生活管理 【CCフィットネス】				自習			
3/16	木	10分 タイピング タイム	職業適性 【PCレクチャー(MOS)／オンライン】			ストレッチ	対人スキル 【アサーション】		
3/17	金	10分 タイピング タイム	職業適性 【ビジネスメール】			ストレッチ	基本的労働習慣 【企業が求める人材】		
3/18	土	PCスキルアップセミナー				家族相談会			
3/19	日								
3/20	月	10分 タイピング タイム	職業適性 【フォルダの整理】	【自分をいたわる健康知識】 (広島事業所とオンライン)		ストレッチ	基本的労働習慣 【メモをとる・質問をする】		
3/21	火								
3/22	水	10分 タイピング タイム	職業適性 【ビジネスメール】			自習			
3/23	木	10分 タイピング タイム	職業適性 【マイチャレンジ(清掃)】			ストレッチ	対人スキル 【イベント企画】		
3/24	金	10分 タイピング タイム	対人スキル 【グループワーク】			ストレッチ	基本的労働習慣 【就職活動の進め方】		
3/25	土	余暇活動の過ごし方 【河川敷を歩こう】				家族相談会			
3/26	日								
3/27	月	10分 タイピング タイム	職業適性 【PCレクチャー(MOS)／オンライン】			ストレッチ	基本的労働習慣 【メモをとる・質問をする】		
3/28	火	10分 タイピング タイム	健康管理 【ストレスマネージメント】			ストレッチ	基本的労働習慣 【就職活動の進め方】		
3/29	水	10分 タイピング タイム	職業適性 【ITスキル(HTML)／オンライン】			自習			
3/30	木	10分 タイピング タイム	対人スキル 【グループワーク】			ストレッチ	基本的労働習慣 【働く上で重視する条件】		
3/31	金	10分 タイピング タイム	対人スキル 【イベント企画】			ストレッチ	基本的労働習慣 【ビジネスマナー】		

もくて  
**カリキュラムの目的**  
 はたら ため じゆんび      はたら つづ ため じゆんび  
**「働く為の準備をする」 「働き続ける為の準備をする」**



**充実の個人ワーク**

**マイチャレンジとは**  
 こじん かだい あ  
 1. 個人の課題やレベルに合わせて、スキルアップできる  
 じぶん とくい ふ とくい し  
 2. 自分の得意・不得意を知ることができる  
 じごと ひつよう しじ うち かた ほうこく しかた そうだん しかた まな  
 3. 仕事に必要な指示の受け方・報告の仕方・相談の仕方が学べる

<p>●パソコン系              にゅうりよく めいし でんびよう              ・データ入力（名刺・アンケート・伝票）              さぎよう ふ              ・データのチェック作業 ・データのルビ振り              てじゆんしよ さくせい              ・手順書の作成              ぶんしよ さくせい しゃない しゃがい そう ふ じよう              ・ビジネス文書の作成（社内・社外・送付状）              しやかい ひよう さくせい              ・データの集計、グラフ、表の作成</p>	<p>●作業系              ゆうびん し わ み お さぎよう              ・郵便仕分け ・三つ折り作業              ふうにゆうさぎよう おも そくてい              ・封入作業 ・重さ測定              ちゆうもんしよさくせい              ・ピッキング ・注文書作成              ふどうカチ引き さぎよう              ・封筒の口折り作業</p>	<p>●その他              きぎようけんきゆう けんさく              ・企業研究 ・ルート検索              しゆうじ              ・ペン習字              かんじ よ か れんしゆう              ・漢字の読み書き練習              おうほしよるいさくせい めんせつれんしゆう              ・応募書類作成 ・面接練習              せんせつ じゆう              ・電話対応練習</p>
---	---	--

**eチャレとは**  
 しゃ せんもんこうし どうが こうざ じゆうこう  
 1. グループ社の専門講師による、動画コンテンツの講座を受講できる  
 じぶん く かえ まな  
 2. 自分のペースで「繰り返し」学べる

<p>●パソコン系              にゅうもん              ・HTML入門              ・Word              ・Excel              ・PowerPoint</p>	<p>●ビジネススキル              ・メンタルトレーニング（ストレスコーピング、マインドフルネス）              せいかつ なか じかんかんり しよくば じかんかんり              ・タイムマネジメント（生活の中の時間管理、職場での時間管理）              ・ストレスマネジメント              ・ビジネスマナー</p>
---	---

ふ めいてん ていねい  
 不明点はスタッフが丁寧にサポート、  
 アドバイスさせていただきます！