

## チャレンジド・アソウ新大阪事業所の12月カリキュラム



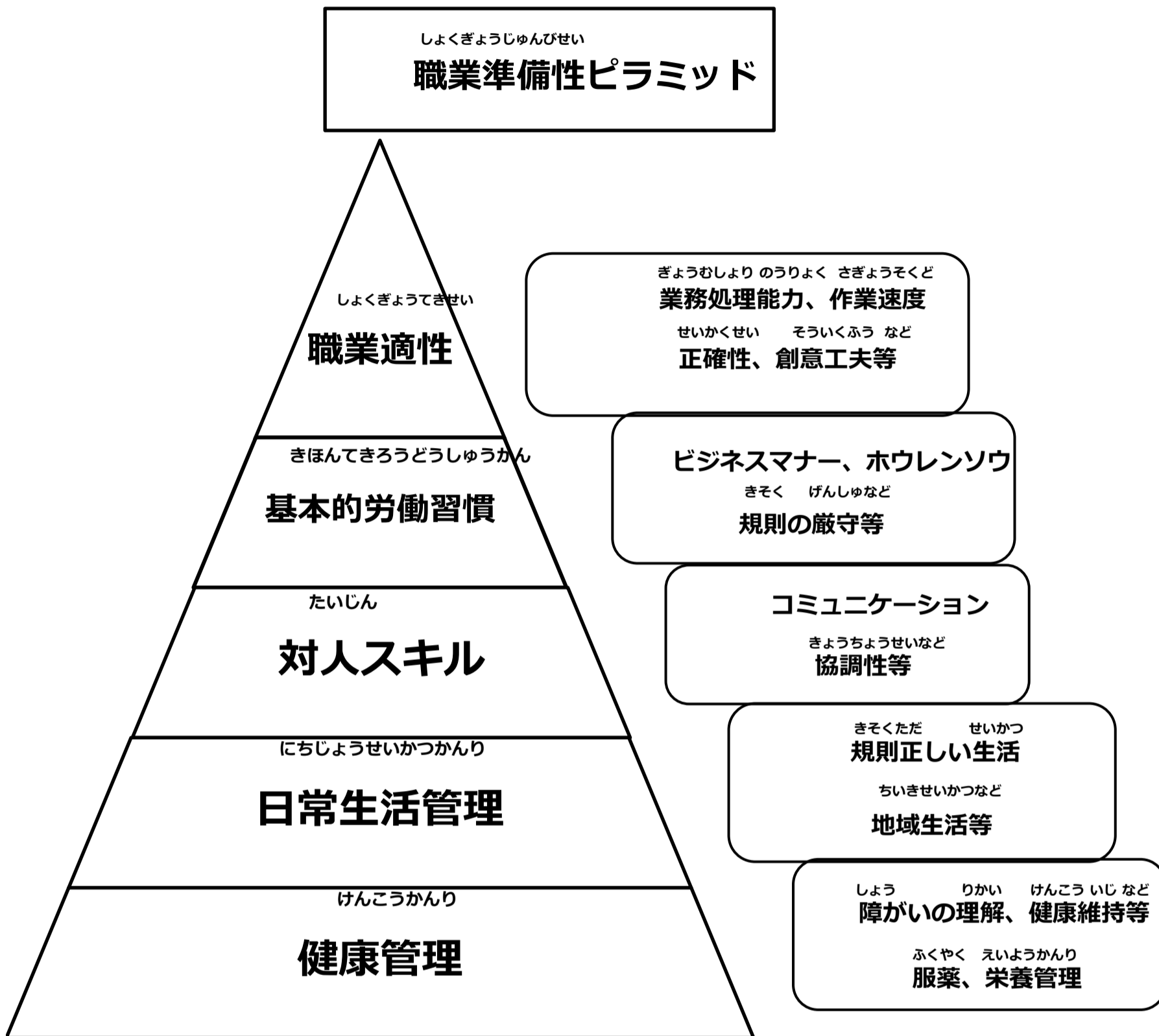
朝礼: 10:00~10:15 終礼・掃除: 14:40~15:00

	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		
12/1	金	受講の手引き確認		目標面談(マイチャレ)		10分 タイピング タイム	目標面談(マイチャレ)			
12/2	土									
12/3	日									
12/4	月	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)			
12/5	火	10分 タイピング タイム	職業適性 【エクセル / オンライン】			ストレッチ	目標面談(マイチャレ)			
12/6	水	10分 タイピング タイム	職業適性 【MOSワード / オンライン】			自習				
12/7	木	10分 タイピング タイム	目標面談(マイチャレ)			避難訓練				
12/8	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	目標面談(マイチャレ)			
12/9	土	チャレアソサタデー								
12/10	日									
12/11	月	10分 タイピング タイム	職業適性 【MOSエクセル / オンライン】			ストレッチ	目標面談(マイチャレ)			
12/12	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)			
12/13	水	ハローワーク 出前講座				自習				
12/14	木	茨木就ポツ 出前講座				10分 タイピング タイム	目標面談(マイチャレ)			
12/15	金	10分 タイピング タイム	職業適性 【パワーポイント / オンライン】			ストレッチ	目標面談(マイチャレ)			
12/16	土	卒業生交流会								
12/17	日									
12/18	月	10分 タイピング タイム	職業適性 【エクセル / 新大阪よりオンライン】			ストレッチ	対人スキル 【グループワーク】			
12/19	火	10分 タイピング タイム	職業適性 【ワード / 新大阪よりオンライン】			ストレッチ	対人スキル 【自分の気持ちを伝える(アサーション)】			
12/20	水	10分 タイピング タイム	職業適性 【MOSエクセル / オンライン】			自習				
12/21	木	10分 タイピング タイム	職業適性 【ワード / オンライン】			ストレッチ	対人スキル 【イベント企画】			
12/22	金	10分 タイピング タイム	基本的労働習慣 【就職活動の進め方】			ストレッチ	基本的労働習慣 【メモをとる・質問をする】			
12/23	土									
12/24	日									
12/25	月	10分 タイピング タイム	職業適性 【エクセル / オンライン】			ストレッチ	対人スキル 【忙しくしている上司に話しかける】			
12/26	火	健康管理【CCフィットネス】				10分 タイピング タイム	基本的労働習慣 【就職活動の進め方】			
12/27	水	10分 タイピング タイム	職業適性 【MOSワード / 新大阪よりオンライン】			自習				
12/28	木	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	健康管理 【ストレスマネジメント】			
12/29	金	10分 タイピング タイム	職業適性 【マイチャレンジ(グループ清掃・大掃除)】							
12/30	土									
12/31	日									

# カリキュラムの目的

はたら ため じゅんび  
「働く為の準備をする」

はたら つづ ため じゅんび  
「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

1. 個人の課題やレベルに合わせて、スキルアップできる。
2. 自分の得意・不得意を知ることができる。
3. 仕事で必要な指示の受け方・報告の仕方・相談の仕方が学べる

- **パソコン系**
- ・データ入力 (名刺・アンケート・伝票)
  - ・データのチェック作業
  - ・データのルビ振り
  - ・手順書の作成
  - ・ビジネス文書の作成 (社内・社外・送付状)
  - ・データの集計、グラフ、表の作成

- **作業系**
- ・封筒の口折り作業
  - ・郵便仕分け
  - ・三つ折り作業
  - ・封入作業
  - ・ピッキング
  - ・マーカーク引き

- **その他**
- ・応募書類作成
  - ・企業研究
  - ・ペン習字
  - ・漢字の読み書き練習
  - ・電話応対練習
  - ・ルート検索
  - ・面接練習

## eチャレとは

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

- **パソコン系**
- ・HTML入門
  - ・Word
  - ・EXCEL
  - ・PowerPoint

- **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、マインドヘルス)
  - ・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

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！

