

## チャレンジド・アソウ新大阪事業所の1月カリキュラム



朝礼:10:00~10:15 終礼・掃除:14:40~15:00

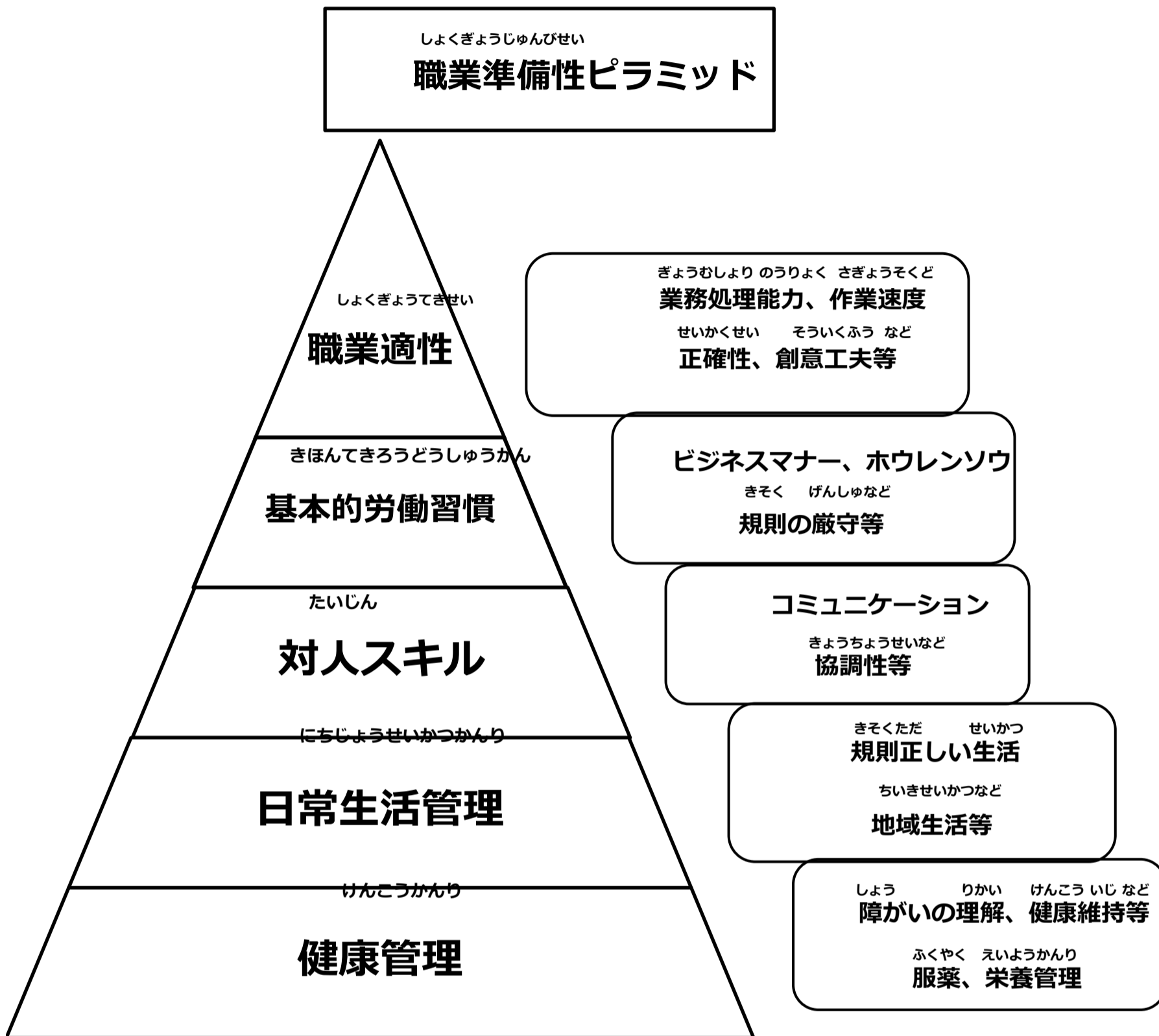
	備考	1コマ		2コマ		3コマ		4コマ	
		10:15 ~ 11:00		11:10 ~ 12:00		13:00 ~ 13:45		13:55 ~ 14:40	
1/1	月								
1/2	火								
1/3	水								
1/4	木		受講の手引き確認		目標面談(マイチャレ)				避難訓練
1/5	金		10分 タイピング タイム		対人スキル 【イベント企画】		ストレッチ		目標面談(マイチャレ)
1/6	土								
1/7	日								
1/8	月								
1/9	火		10分 タイピング タイム		職業適性 【PC基礎・操作/オンライン】		ストレッチ		目標面談(マイチャレ)
1/10	水		10分 タイピング タイム		職業適性 【エクセル基礎/オンライン】				自習
1/11	木		10分 タイピング タイム		職業適性 【MOSワード/オンライン】		ストレッチ		目標面談(マイチャレ)
1/12	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)
1/13	土								
1/14	日								
1/15	月		10分 タイピング タイム		職業適性 【MOSエクセル/新大阪よりオンライン】				出前講座(淀川就業・生活支援センター)
1/16	火		10分 タイピング タイム		職業適性 【ワード基礎/新大阪よりオンライン】		ストレッチ		目標面談(マイチャレ)
1/17	水				ハローワーク 出前講座				自習
1/18	木		10分 タイピング タイム		職業適性 【パワーポイント基礎/オンライン】		ストレッチ		対人スキル 【イベント企画】
1/19	金		10分 タイピング タイム		健康管理 【アンガーマネジメント】		ストレッチ		基本的労働習慣 【就職活動の進め方】
1/20	土				卒業生交流会				
1/21	日								
1/22	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		対人スキル 【質問する】
1/23	火		10分 タイピング タイム		職業適性 【ワード基礎/オンライン】		ストレッチ		健康管理 【ストレスマネジメント】
1/24	水		10分 タイピング タイム		基本的労働習慣 【メモをとる・質問する】				休講
1/25	木		10分 タイピング タイム		職業適性【LINE公式アカウントの運用/ 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)】
1/26	金		10分 タイピング タイム		対人スキル 【イベント企画】				出前講座(給与明細の見方)/オンライン
1/27	土								
1/28	日								
1/29	月		10分 タイピング タイム		職業適性 【MOSワード/オンライン】		ストレッチ		職業適性 【マイチャレンジ(グループ清掃)】
1/30	火				健康管理【CCフィットネス】		10分 タイピング タイム		対人スキル 【イベント企画】
1/31	水		10分 タイピング タイム		職業適性 【エクセル基礎/オンライン】				自習



# 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
  - ・ マーカー引き
  - ・ 重さ測定
  - ・ 注文書作成

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

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！**

