






	月	火	水	木	金
午前 10:30~	3  フリースペース	4 仕事スキルUP right work 軽作業トレーニング スタッフ	5 就活スキルUP 個別プログラム& 相談タイム 就活関連・パソコン等の 個別支援、自主活動 スタッフ	6 仕事の合間のセルフケア タタミdeヨガ! in新町交流センター☺ タオルをお持ちください♡ スタッフ前田	7 就活スキルUP PC入門 「初心者から参加OK」 講師 小笠原正久さん
午後 13:30~	仕事の合間のセルフケア クラフト広場 ものづくりで心を豊かに スタッフ松原	就活スキルUP キャリアをデザイン しよう 自分の中のお宝さがし 講師(キャリアコンサルタント) 岩崎寿子さん	就活スキルUP マイトリガー 自身の不調の引き金は何か? スタッフ松原 15:00~清掃	コミュニケーションスキルUP コミアル会議 コミアルのおれこれ話し合い スタッフ井上	コミュニケーションスキルUP しゃべり場 マナーを守ってしゃべろう スタッフ
午前 10:30~	10 就活スキルUP 本気のマンデー ↓ 就職活動中級以上 基礎はもうわかってるからNEXT スタッフ	11 仕事スキルUP right work 軽作業トレーニング スタッフ 	12 就活スキルUP 個別プログラム& 相談タイム 就活関連・パソコン等の 個別支援、自主活動 スタッフ	13 就活スキルUP  教養・就活対策 (SPI、適性検査) 準備してればイザとなっても◎ スタッフ	14 コミュニケーションスキルUP コミアルランチ会 おたたかい豚汁を囲んで… スタッフ
午後 13:30~	仕事スキルUP ジョブトレ 就職に向けたスキルUP トレーニング スタッフ	仕事スキルUP チームビルディング チームで力を合わせて 1つのものに取り組む スタッフ	就活スキルUP Word文書作成 実際に文書を 作成してみよう スタッフ 15:00~清掃	就活スキルUP 第一印象ワーク 最初の見られ方って 超ダイジ★ スタッフ松原	仕事の合間のセルフケア コミアルカフェ ゆったりゆったり お茶タイム★ スタッフ
午前 10:30~	17 就活スキルUP 本気のマンデー ↓ 就職活動中級以上 基礎はもうわかってるからNEXT スタッフ	18 仕事スキルUP right work 軽作業トレーニング スタッフ	19 就活スキルUP 個別プログラム& 相談タイム 就活関連・パソコン等の 個別支援、自主活動 スタッフ	20 仕事の合間のセルフケア アートセラピー テーマ:「ボディマップ」 スタッフ友成	21 仕事の合間のセルフケア 防災カ×ラマン 避難場所を巡り ついでにウォーキング スタッフ
午後 13:30~	仕事スキルUP JST 職場でこんなときどうする? スタッフ早川	仕事スキルUP チームビルディング チームで力を合わせて ミッションクリア! スタッフ	コミュニケーションスキルUP コミュカUP講座 ワークを通してコミュカUP スタッフ松原 15:00~清掃 	就活スキルUP コミット活用法 利用するからには、 活用しまくろう★ スタッフ松原	就活スキルUP PC入門 「初心者から参加OK」 講師 小笠原正久さん
午前 10:30~	24  フリースペース	25 仕事スキルUP right work 軽作業トレーニング スタッフ	26 就活スキルUP 個別プログラム& 相談タイム 就活関連・パソコン等の 個別支援、自主活動 スタッフ	27 仕事の合間のセルフケア 認知行動療法 考え方ひとつで気持ちは楽に スタッフ早川	28 就活スキルUP 美文字講座 キレイな字を目指そう★ スタッフ
午後 13:30~	仕事の合間のセルフケア bookコラージュ 本にコラージュ★ スタッフ友成	就活スキルUP 質疑応答 質問されたことにスッと答える スタッフ早川	就活スキルUP 模擬就労(事務) (株)ごみっとで働く スタッフ 15:00~清掃	就活スキルUP 井上さんとお話 井上さんといろいろ話そう★ スタッフ井上	仕事の合間のセルフケア 紅葉SANPO 紅葉シーズンの 「昭和記念公園」を楽しむ スタッフ



コミット&アルテ

11月講座

土よう日開所

11/8, 11/15 10:00~13:00