

	月	火	水	木	金
午前 10:30～	2 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 スタッフ早川	3 仕事スキルUP right work 軽作業トレーニング スタッフ 	4 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	5 仕事の合間のセルフケア アートセラピー アートを通じて心を癒す スタッフ友成	6 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 10:30～	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	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） 岩嶋寿子さん	就活スキルUP Excelで作成 実際に表を作成してみよう スタッフ 15:00～清掃	コミュニケーションスキルUP コミット会議 コミットの色々を話し合う スタッフ井上	仕事の合間のセルフケア アングーマネジメント 心よ、鎮まれ…!!! スタッフ早川
午前 10:30～	9 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 スタッフ松原	10 仕事スキルUP right work 軽作業トレーニング スタッフ	11 建国記念日 フリースペース ゆったりお過ごしください スタッフ	12 仕事の合間のセルフケア たたみdeヨガ In 新町交流センター タオルをご持参ください！ スタッフ前田	13 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  Love?
午後 13:30～	仕事スキルUP ジョブトレ 仕事で必要な細かなスキルUPの ためのトレーニング スタッフ早川	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） 岩嶋寿子さん	仕事の合間のセルフケア クラフト広場 ものづくりで心豊かに。 「オープン粘土」 スタッフ松原 15:00～清掃	コミュニケーションスキルUP 言いカエル その伝え方で合ってる？ スタッフ友成	コミュニケーションスキルUP しゃべり場 マナーをやってしゃべろう スタッフ
午前 10:30～	16 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 スタッフ友成	17 仕事スキルUP right work 軽作業トレーニング スタッフ	18 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	19 就活スキルUP 教養 計算問題や適性検査 にチャレンジしてみよう スタッフ	20 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～	仕事スキルUP JST 職場でこんなときどうする？ 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） 岩嶋寿子さん	就活スキルUP 身だしなみ講座 気を付けた方がポイント？ スタッフ早川 15:00～清掃	コミュニケーションスキルUP 人間関係を築く 人間関係ってムズカシイ？ スタッフ井上	仕事の合間のセルフケア コミアルカフェ おいしいお茶を飲みながら リラックスタイム スタッフ 
午前 10:30～	23 天皇誕生日 仕事の合間のセルフケア ボードゲーム部 祝日の息抜きタイム スタッフ	24 仕事スキルUP right work 軽作業トレーニング スタッフ	25 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	26 コミュニケーションスキルUP ウェビングマップ みんなの意見を可視化 スタッフ	27 就活スキルUP タッチタイピング 自分のタイピング速度を知ろう スタッフ
午後 13:30～	祝日イベント ようこそ先輩 卒業生との交流会 スタッフ	就活スキルUP 模擬就労 （軽作業） （仮称）こみっとで働く 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 質疑応答 質問されたことにスッと答える スタッフ早川	仕事の合間のセルフケア セルフコンパッション 自分を思いやる♡がダイジ。 スタッフ松原

コミット&アルテ 2月講座



Oni ha Soto

fuku ha uchi !!

2月の土曜開所は、7日・21日・28日です。