

12月

就劳移行支援

月間プログラム予定

2025年(令和7年) 12月

氏名

ここジョブ TEL(082)277-1279

月		火		水		木		金		土		日
1		2		3		4		5		6		7
全員集合！ ～スタッフからのお知らせ～		こころのリセットタイム ～落ち着いたひと時を～		【座学＆グループワーク】 面接で光る志望動機作り ～企業理念と自分のスキルをつなぐ～		履歴書作成		ストレッチ		職務経歴書作成 (下地作成)		休み
Word	フリースペース	【個別＆グループワーク】 考え方のクセを知る ～心の反応をつくるプロセスを探る～		体力UP スポーツ	集中カトレーニング (天風録)	モルック		これってすごい！ ～私の推しのモノ、シェアタイム～		体力UPスポーツ		
8		9		10		11		12		13		14
【グループワーク】 それぞれの就活ステージを知る ～活動の流れの中で～		冬を元気に過ごすコツ ～感染症・体調管理のポイント～		就労オープントーク		ウォーキング		集中カトレーニング (ペーパークラフト)		職務経歴書作成 (清書)		休み
Word	フリースペース	【実践形式】 面接カトレーニング		体力UP スポーツ	集中カトレーニング (筆ペン)	私のおすすめスポット紹介！ ～みんなに教えたい場所～		【グループワーク】 協力して解決！職場のリアル ～多角的に考える～		集中カトレーニング (漢字)		
15		16		17		18		19		20		21
【グループワーク】 体調と向き合う ～自分のケアを考える～		私の冬、みんなの冬 ～冬の楽しみや工夫のシェア～		フリースペース		チームワークトレーニング		集中カトレーニング (ペン習字)		自己紹介シート作成 (下地作成)		休み
Word	フリースペース	集中カトレーニング (シール貼り)		【ジョブガイダンス】 就労パスポートって何？ 目的を知って実際に作成してみよう 多目的ホール 13:00～14:00		モルック		【個別＆グループワーク】 リカバリーを振り返る ～自分の歩みを自信に～		体力UPスポーツ		
22		23		24		25		26		27		28
【グループワーク】 責めるわけでもなく、 逃げるわけでもなく ～仕事の責任を整理する～		集中カトレーニング (天風録)		【座学＆グループワーク】 聞く×伝える電話術 ～スムーズにやり取りする工夫～		今年の私を漢字一文字で表すと？ ～自分らしさ発見ワーク～		【実践形式】 面接カトレーニング		自己紹介シート作成 (清書)		休み
Word	フリースペース	フリーオープントーク		体力UP スポーツ	集中カトレーニング (切り紙) ※クリスマス会の飾り	クリスマス会		【グループワーク】 続ける力 ～長く働く為のヒント～		集中カトレーニング (電卓)		
29		30		31				※通常のプログラムでは、午前は10時00分から11時00分までの60分、午後は13時00分から14時00分までの60分となります。 ※又、集中カトレーニングについては、90分となります。(天風録は60分です) ※個別活動(フリースペース)は、プログラム室にて行います。応募書類の作成や、パソコン教室の課題の取り組み等、有意義な時間として活用してください。 ※体力UPスポーツは熱中症予防の為、お休みとなります。				休み
ウォーク＆ストレッチ		休み		休み								
【グループワーク】 今年の足跡をたどる ～気づきと経験を共有する～												