

4月

就労移行支援 月間プログラム予定 2026年(令和8年)4月

氏名

ここジョブ Tel(082)277-1279

月	火	水	木	金	土	日
※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、午前は10時00分から11時30分、午後は13時00分から14時30分までの90分となります。(天風録は60分) ※フリースペースは、プログラム室で行います。応募書類の作成や資格勉強等、有意義な時間として活用してください。 個別面談は該当される方にお声掛けします。		1	2	3	4	5
		全員集合！ ～スタッフからのお知らせ～	履歴書作成	【グループワーク】 障害のオープン・クローズ ～メリット、デメリット～	職務経歴書作成 (下地作り)	休み
		アクティブスポーツ	モルック	Word フリースペース	アクティブスポーツ	
6	7	8	9	10	11	
【グループワーク】 スカスカとぎっしりの正体 ～求人票の裏を読み解く～	フリーオープントーク	タッチタイピング 初級編	【座学】 職場で求められる電話応対	ウォーキング	職務経歴書作成 (清書)	休み
点描の静寂 ～無心で打つ集中～	【個人ワーク】 不測の事態を乗り切る ～最善のひと言を考える ケーススタディー～	アクティブスポーツ	集中カトレーニング (漢字)	Word 個別面談	集中カトレーニング (電卓)	
13	14	15	16	17	18	
【グループワーク】 自立の正解は一つじゃない ～自分らしい形を考える～	集中カトレーニング (シール貼り)	【個人ワーク】 自分らしい働き方を見つける ～ライフスタイルも考える～	集中カトレーニング (ペン習字)	【個人ワーク】 見方を変えると強みになる ～リフレーミングで考えるストレッチ～	自己紹介シート (下地作り)	休み
チームワークトレーニング	【座学&練習】 第一印象を味方につける ～お辞儀の練習と面接の心構え～	アクティブスポーツ	【実戦形式】 面接カトレーニング	Word フリースペース	アクティブスポーツ	
20	21	22	23	24	25	
【グループワーク】 多様性を武器に！ ～職場での調整力を磨く～	モルック	【座学】 仕事の「しんどい」への対処法 ～早期離職を防ぐ 心のメンテナンス～	就労オープントーク	ウォーキング	自己紹介シート (清書)	休み
伝わる説明の基本 ～PREP法で話そう～	集中カトレーニング (天風録)	アクティブスポーツ	【個人ワーク&グループワーク】 感情の正体は捉え方 ～自分を楽にする心の仕組み～	Word フリースペース	集中カトレーニング (ペーパークラフト)	
27	28	29 昭和の日	30			
【グループワーク】 職場の「一言」最適化ワーク ～状況に合わせた 台詞の選び方～	モルック	フリースペース	【座学&個人ワーク】 自分の体調との向き合い方 ～対処の方法を考える～			
個別面談	【実戦形式】 面接カトレーニング	アクティブスポーツ	集中カトレーニング (漢字)			