

3月

## 就労移行支援 月間プログラム予定 2026年(令和8年)3月

氏名

ここジョブ TEL(082)277-1279

月	火	水	木	金	土	日
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、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。				1 休み
【座学】 就職活動の進め方	春の整理タイム ～今年度を振り返り、 来年度に備える～					
フリースペース	ウォーク&ストレッチ					
2	3	4	5	6	7	8
全員集合！ ～スタッフからのお知らせ～	履歴書作成	【座学】 働く人の入口に立つ ～敬語と挨拶～	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 (下地作り)	休み
SST	集中カトレーニング (天風録)	【個人ワーク】 可視化する！ これまでと今をつなぐチャート	アクティブスポーツ	文字で印象UP！ ペン字のコツ	【グループワーク】 確認から始まる仕事 ～思い込みを防ぐコツ～	アクティブスポーツ
9	10	11	12	13	14	15
【座学】 企業研究入門 ～調べ方と活かし方～	こころのリセットタイム ～落ち着いたひと時を～	【グループワーク】 やる気が出ない時をどう乗り越える？ 生活と仕事の場面から考える	【実践形式】 面接カトレーニング	集中カトレーニング (シール貼り)	職務経歴書作成 (清書)	休み
SST	フリースペース	就労オープントーク	アクティブスポーツ	集中カトレーニング (漢字)	【グループワーク】 ジェスチャーで感じ取る力 ～ビジネスコミュニケーションを体感～	集中カトレーニング (ペン習字)
16	17	18	19	20 春分の日	21	22
ペアで体験！ 仕事に繋がる「聴く力」	集中カトレーニング (天風録)	チームワークトレーニング	【グループワーク】 失敗談を学びに変える時間	ウォーキング	自己紹介シート作成 (下地作り)	休み
SST	集中カトレーニング (筆ペン)	【座学】 ここジョブ活用術	アクティブスポーツ	集中カトレーニング (電卓)	フリースペース	アクティブスポーツ
23	24	25	26	27	28	29
【個人&グループワーク】 スケジュールを組み立てる ～いつ、何を、どこまでにするか～	集中カトレーニング (ペーパークラフト)	フリーオープントーク	モルック	フリースペース	自己紹介シート作成 (清書)	休み
SST	フリースペース	【実践形式】 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 (天風録)	【座学】 生活リズムを見直すヒント ～体調と毎日の過ごし方を整える～	集中カトレーニング (漢字)
				ジョブガイダンス 「10年後も笑って働く為」に今考えること (グループワーク) 13:00 本館3階多目的ホール		