

1月JSCAスケジュール

		月		火		水		木		金		土	
AM		3		個別活動		個別活動		書初めをしよう!	個別活動	個別活動			
PM			初詣	個別活動	今年1年の計画を立てよう!	個別活動	事業所閉所		そうじとついで	そうじと個別活動			
AM		10	事業所閉所		個別活動		個別活動		個別活動				15
PM	WRAP	個別活動	個別就労セミナー&求人検索	個別活動	三香堂	個別活動	自己主張トレーニング	個別活動	シーガルスボランティア	そうじと個別活動			
AM	個別ナビブック&求人検索	個別活動	個別活動		個別活動		個別活動		事業所閉所				22
PM	事業所閉所		無印良品職場体験	個別活動	三香堂	個別活動	IMR	個別活動	そうじとついで	そうじと個別活動			
AM	個別就労セミナー&求人検索	個別活動	WRAP	個別活動	個別活動		個別活動		事業所閉所				29
PM	事業所閉所	合同面接会	事業所閉所		三香堂	個別活動	駄菓子売り場	閉所	そうじとついで	そうじと個別活動	～お菓子&お茶会～好きなものを持ち寄って語ろう!	個別活動	
AM	個別ナビブック&求人検索	個別活動											31
PM	事業所閉所												

就労移行プログラム
予約必要

個別活動
予約必要

合同プログラム
予約必要

プログラム室①が
使用できなくなります

プログラム時間は90分です。
午前10:00~11:30 午後13:00~14:30 15時閉所
※一部例外時間のプログラムがあります。
(駄菓子屋・夢百姓・三香堂・ヨガ等)
緊急事態宣言発令された為、半日の利用をお願いしています。
よろしくお願いします。



プログラム表の見方

就労移行プログラム
予約必要

合同プログラム
予約必要

予約不要

あすなるメンバーさんが参加できるプログラムです。予約せずに参加することが出来ます。

あすなるではIPSを取り入れた就労支援に力を入れています。
みなさん一人一人の就職活動に合わせて取り組んでいけるように、「個別活動」の時間を設けています。過ごし方や活動の持ち方については、担当スタッフと一緒に計画を立てて振り返りの時間を持って行きます。
みなさんが安心して自分らしい就活ができるように、一緒に取り組んでいきましょう！



プログラム内容について

プログラム名	どんなプログラム？	今月の内容
就労セミナー	働き方から履歴書の書き方まで、就職活動について学ぶ講座。	い。 PC講座と軽作業：PCの自習と軽作業をする時間です。作業内容が決まっていない方は一緒に考えていきます。 駄菓子屋職場体験：駄菓子屋にて体験を行います。詳細は別途チラシを参照してください 個別ナビゲーションブック作成：自分の得意なこと、苦手なことなど自分の取り扱い説明書を作っていく時間です。 就労セミナーと求人検索：過去の仕事についてや仕事探しについて、自分の希望や探し方について整理をしていく時間です。
WRAP	自分の元気を保つための方法をグループワーク形式で共有していきます	
河川敷ボランティア	旭川河川敷を歩き、ゴミ拾いをしていくボランティアです。	
東山墓地清掃活動	東山墓地に行き、清掃活動を行います。合同プログラムになるため参加希望の方は事前にスタッフに相談してください。	
PC SUP	「PC SUP(パソコンスキルアッププログラム)」！自習形式の為、教材などの持参OKです！ CD-ROMなどインストールして使用する教材を利用したい方は事前にお伝えください。	
スポーツ	スポーツ。一緒に楽しみましょう！タオルや水分の持参、動きやすい服装でご参加ください。	
つどい	決められたテーマについて、自分の気持ちや考えを自由に話し、自己のエンパワーメントを高めしていく活動です。	
履歴書作成(自習)	合同面接会や就職にむけて履歴書を作ってみよう！ プログラムの空き時間を利用して作成してみませんか？スタッフと相談しながら作成できますのでお気軽にお声掛けください	

※ここにはないプログラムについては随時チラシや口頭でお伝えしていきます。気になるものがあったらスタッフにお声掛け下さい(^ ^)

合同面接会

働くこととリカバリー（増川さん）

ボランティア報告会を企画しよう（

植物の会（いとうさん）

ジョブゼミ

クラフト

勉強報告会

川ボラ

映画（投票）

ウォーキング

合同面接会に向けて（①履歴書・ナビブック ②オリテン・面接練習準備・

③面接練習

行動計画表作成月間

担当スタッフとの面談でご自分の目標を再確認し、行動計画を立ててみましょう。

毎日やること リマインダー作成

- ・ 東山墓地 (5/6~)
- ・ 無印見学・体験 (9月)
- ・ お菓子
- ・ 河ボラ
- ・ 山散策
- ・ 夢百姓：10月に体験予定

ヨガ：第3水曜日 ジョブ→ぱる→MOMO

プログラムの時間を90分に変更してはどうか

午前 10:00~11:30

午後 13:00~14:30 15:00開所

プログラム室①PMクロー

個別活動記録担当順番

小林→徳田→秋尾

平井ゆさん

つどい 2人以上参加で開催

●自分を知るプログラム

①決定の自分史

②誰が何を言っているの

③自己主張トレーニング

ジョ文化祭

11月24日~17

日

目
片付け