

# 10月JSCAスケジュール

		月		火		水		木		金		土	
		2		3		4		5		6		7	
AM		個別活動		夢百姓	個別活動	個別活動		個別活動		そうじと 個別活動			
PM	軽作業 (封入作業)	個別活動	午後閉所		三香堂 (軽作業)	個別活動 なし	職場見学 オリエン テーション	個別活動 なし	午後閉所				
AM	就労マナー： 上手な気分転換、 ストレス解消法 【ZOOM可】	個別活動	午前閉所		11		12		13		14		
PM	午後閉所		河川敷ボラ	個別活動	三香堂 (軽作業)	ソフト ボール	障害者ワーク フォーラム	WRAP	個別活動 なし	自己肯定力	午後閉所		
AM	16		17		18		19		20		21		
PM	バンド サークル	PC講座 Excelをマスター しよう③	クラフトの日 zoom参加可能	個別活動	三香堂 (軽作業)	個別活動 なし	WRAP	個別活動 なし	職場見学 ベネッセ ビジネスメイト	そうじと 個別活動			
AM	IMR ～病気に関する 知識③～	個別活動	午前閉所		25		26		27		28		
PM	午後閉所		WRAPノート を作ろう！	個別活動	三香堂 (軽作業)	個別活動 なし	駄菓子屋 職場体験	個別活動 なし	そうじと 睡眠について 語ろう③	そうじと 個別活動			
AM	個別活動	就職 面接会	避難訓練& 避難食を食べて みよう！	避難訓練& 個別活動	31								
PM	就労マナー： 「働くことが難し い」解決法を見つけ よう！	個別活動 なし	午後閉所										

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

●スケジュール以外での開催プログラム予定

## 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いきます。  
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！



前日までに、予約ファイルに名前を記入してください。

## 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。	三香堂：仏具店に作業をもらい、軽作業を行う時間です。詳細は別途チラシを確認してください。 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 夢百姓職場体験：夢百姓というハーブ農園にいき体験を行います。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。 就労マナー：仕事をする中で大切なマナーについて一緒に話をしながら学んでいく時間です。 仕事探し座談会：仕事探して困っていること、話したいことをテーマにしてグループで話をしていく時間です。 就労体験座談会：働いているジョブOBの人を呼んでざっくばらんに仕事について話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	東山墓地にいき、清掃活動をするプログラムです。気になる方はスタッフまで相談してください。	
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	

※ここが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(^^)