



月		火		水		木		金		土	
AM			1		2		3		4		5
			個別支援		三香堂 個別活動なし		個別活動		そうじと ジョブミーティ ング	そうじと 個別活動	
PM			個別活動		午後閉所		下半期やりたいこ とリストを作ろ う！	個別活動なし	午後閉所	クローバー プロ①使用	
AM		7		8		9		10		11	
		個別支援		仕事探し座談会 個別活動なし		午前閉所		個別活動		そうじと個別活動	
PM		個別活動		個別活動		三香堂 個別活動なし		WRAP 個別活動なし		個別支援 電話（奥山）	
AM		14		15		16		17		18	
		個別活動		炊飯と無印 カレーを食 べよう！	個別活動	三香堂 個別活動なし		個別活動		睡眠について 語ろう	個別活動なし
PM		ジブリを 観よう	個別活動なし	午後閉所		午後閉所		WRAP 個別活動なし		そうじと個別活動	土曜夜市 16時～20時頃
AM		21		22		23		24		25	
		閉所		個別活動 （土曜夜市片付け）		午前閉所		個別活動		午前閉所	ソフトボール 大会
PM				スタバに 行こう	個別活動なし	三香堂 個別活動なし		駄菓子屋 職場体験 12:00～	午後閉所	そうじと 個別活動	
AM		28		29		30		31			
		個別活動		個別活動		三香堂 個別活動なし		個別活動			
PM		バンド サークル	個別活動なし	商店街ぶら り&クリー ン活動	個別活動なし	午後閉所	クローバー プロ①使用	自分ミーティ ングをしよう 8月の元 気の道具箱	個別活動なし		

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

個別支援の時間は、担当スタッフと一緒に動く時間になります（面談・求職活動・その他必要な活動）。
毎週火曜日、木曜日は畳の部屋をクローバーの人が電話当番で使われています。

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！



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。 P C 講座と軽作業：P C 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。
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。	
P C S U P	「P C S U P (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！ C D - R O M 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(^^)