

# ワン・ブリッジ町田 2025年7月予定表

| 曜日              | 月曜日             | 火曜日       | 水曜日               | 木曜日                       | 金曜日                     | 土曜日                            |
|-----------------|-----------------|-----------|-------------------|---------------------------|-------------------------|--------------------------------|
| 日付              |                 | 1         | 2                 | 3                         | 4                       | 5                              |
| 10:00～          | 朝礼              | 朝礼        | 朝礼                | 朝礼                        | 朝礼                      | 朝礼                             |
| 10:10～<br>11:00 |                 | ビジネスマナー   | グループワーク           | 【選択プログラム】<br>実務/ジョブ/PC    | ジョブトレーニング               | 【特別プログラム】<br>ハートアート<br>ワークショップ |
| 11:10～<br>12:00 |                 | PCトレーニング  |                   |                           |                         |                                |
| 12:00～13:00     |                 | 休憩        | 休憩                | 休憩                        | 休憩                      | 休憩                             |
| 13:00～<br>14:30 |                 | ロコワーク     | プロジェクトグループ<br>説明会 | キャリア支援<br>業種・職種研究<br>※要PC | 就労シミュレーション<br>※スーツ着用推奨※ | セルフトレーニング                      |
| 14:40～<br>15:30 |                 | セルフトレーニング | P C トレーニング        |                           |                         |                                |
| 15:30～16:00     | 清掃・日報           |           |                   |                           |                         |                                |
| 日付              | 7               | 8         | 9                 | 10                        | 11                      | 12                             |
| 10:00～          | 朝礼              | 朝礼        | 朝礼                | 朝礼                        | 朝礼                      | 朝礼                             |
| 身だしなみ週間         |                 |           |                   |                           |                         |                                |
| 10:10～<br>11:00 | 実務トレーニング        | ビジネスマナー   | グループワーク           | 【選択プログラム】<br>実務/ジョブ/PC    | ジョブトレーニング               |                                |
| 11:10～<br>12:00 |                 | PCトレーニング  |                   |                           |                         |                                |
| 12:00～13:00     | 休憩              | 休憩        | 休憩                | 休憩                        | 休憩                      |                                |
| 13:00～<br>14:30 | ディスカッション        | ロコワーク     | セルフトレーニング         | キャリア支援<br>パーソナリティタイプ      | 就労シミュレーション<br>※スーツ着用推奨※ |                                |
| 14:40～<br>15:30 | リフレッシュ<br>【フリー】 | セルフトレーニング | P C トレーニング        |                           |                         |                                |
| 15:30～16:00     | 清掃・日報           |           |                   |                           |                         |                                |

## ～土曜・特別プログラムのご案内～

### 〇7/5（土） 10：10～12：00 ハートアートワークショップ

外部講師

この度、外部講師の方をお招きし、ワークショップを開催することとなりました！

本ワークショップでは、大切な人や、自分への言葉をアートにのせて、癒しを届ける”メッセージアート”を制作します。絵が得意でなくても大丈夫、どなたでも気軽にご参加いただけます。

プロ仕様の画材を準備してお待ちしておりますので、ぜひご参加ください！

### 〇7/19（土） 10：10～12：00 「水平思考」を学ぼう！

「水平思考」とは、常識にとらわれず、物事を自由に発想する考えのことです。

人は誰も思考の癖を持っています。

その考え方を少し変えてみると、見える世界が大きく違ってくるかもしれません。

自己理解やストレスコントロール、問題解決にも役に立つ内容です。ぜひご参加ください！

## ～プログラムに関するお知らせ～

### 〇7/2（水） 13：00～14：30 プロジェクトグループについての説明会

プロジェクトグループ発足に関しての説明会を実施いたします。

詳細は、説明会にてお伝えさせていただきます。

### 〇7/17（木）の午後は前半は1時間選択プログラム、後半は1時間運動習慣定着を行います

7月から来年2月までの計8回、月に1回（基本的には木曜日の午後※変更となる場合は、事前にご連絡いたします）

運動に詳しい専門の外部講師をお招きし、1時間ほどの運動定着を行います。動きやすい服装でご参加をお願いします。

前半は、13時～14時までプロジェクトグループ、またはセルフトレーニングの選択プログラムとさせていただきます

後半は、14時半～15時半まで運動習慣定着となります。

### 〇7/21（月）の午後は前半が1時間、後半が1時間30分（コマ交換）で行います

スケジュールの調整上、前半が「ディスカッション」、後半が「リフレッシュ」となります。

利用者様にはご理解いただけますと幸いです。よろしくお願いいたします。

### ※就労シミュレーション/ビジネスコミュニケーションについて

就労を意識し、できるだけスーツを着用していきましょう。

# ワン・ブリッジ町田 2025年7月予定表

| 曜日              | 月曜日                 | 火曜日       | 水曜日        | 木曜日                         | 金曜日                     | 土曜日                    |
|-----------------|---------------------|-----------|------------|-----------------------------|-------------------------|------------------------|
| 日付              | 14                  | 15        | 16         | 17                          | 18                      | 19                     |
| 10:00～          | 朝礼                  | 朝礼        | 朝礼         | 朝礼                          | 朝礼                      | 朝礼                     |
| 10:10～<br>11:00 | 実務トレーニング            | ビジネスマナー   | グループワーク    | 【選択プログラム】<br>実務/ジョブ/PC      | ジョブトレーニング               | 【特別プログラム】<br>水平思考を学ぼう！ |
| 11:10～<br>12:00 |                     | PCトレーニング  |            |                             |                         |                        |
| 12:00～13:00     | 休憩                  | 休憩        | 休憩         | 休憩                          | 休憩                      | 休憩                     |
| 13:00～<br>14:30 | ビジネス<br>コミュニケーション   | ロコワーク     | セルフトレーニング  | 【選択プログラム】<br>プロジェクト①/セルフ    | 就労シミュレーション<br>※スーツ着用推奨※ | セルフトレーニング              |
| 14:40～<br>15:30 | ～指示を受ける<br>応用編～     | セルフトレーニング | P C トレーニング | 運動習慣定着<br>※動きやすい服装で         |                         |                        |
| 15:30～16:00     | 清掃・日報               |           |            |                             |                         |                        |
| 日付              | 21                  | 22        | 23         | 24                          | 25                      | 26                     |
| 10:00～          | 朝礼                  | 朝礼        | 朝礼         | 朝礼                          | 朝礼                      | 朝礼                     |
| 10:10～<br>11:00 | 実務トレーニング            | ビジネスマナー   | グループワーク    | 【選択プログラム】<br>実務/ジョブ/PC      | ジョブトレーニング               |                        |
| 11:10～<br>12:00 |                     | PCトレーニング  |            |                             |                         |                        |
| 12:00～13:00     | 休憩                  | 休憩        | 休憩         | 休憩                          | 休憩                      |                        |
| 13:00～<br>14:30 | ディスカッション            | ロコワーク     | セルフトレーニング  | キャリア支援<br>企業研究<br>※要PC      | 就労シミュレーション<br>※スーツ着用推奨※ |                        |
| 14:40～<br>15:30 | リフレッシュ<br>【ウ・ボンゴ大会】 | セルフトレーニング | P C トレーニング |                             |                         |                        |
| 15:30～16:00     | 清掃・日報               |           |            |                             |                         |                        |
| 日付              | 28                  | 29        | 30         | 31                          |                         |                        |
| 10:00～          | 朝礼                  | 朝礼        | 朝礼         | 朝礼                          | 朝礼                      | 朝礼                     |
| 10:10～<br>11:00 | 実務トレーニング            | ビジネスマナー   | グループワーク    | 【選択プログラム】<br>実務/ジョブ/PC      |                         |                        |
| 11:10～<br>12:00 |                     | PCトレーニング  |            |                             |                         |                        |
| 12:00～13:00     | 休憩                  | 休憩        | 休憩         | 休憩                          |                         |                        |
| 13:00～<br>14:30 | ビジネス<br>コミュニケーション   | ロコワーク     | セルフトレーニング  | キャリア支援<br>応募書類（履歴書）<br>※要PC |                         |                        |
| 14:40～<br>15:30 | ～報告～                | セルフトレーニング | P C トレーニング |                             |                         |                        |
| 15:30～16:00     | 清掃・日報               |           |            |                             |                         |                        |

## ～お知らせ～

※通所される方は、各自手洗い、うがい、マスク着用の徹底をお願い致します。

※プログラム内容は変更となる可能性がございます。変更となった場合は、随時ご連絡致します。

※在宅ワーク時の時間割は午前10：00～12：00、午後13：00～15：00です。

※セルフチェックシートは月末に忘れずに記入してください！

※今月の身だしなみ週間は、7/7～7/11となります。

会社を想定した身だしなみを意識して通所していただきますよう、お願いいたします。