

ワン・ブリッジ町田 2026年1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 |
| 10:00～ | 朝礼 | 朝礼 | 朝礼 | 朝礼 | 朝礼 | 朝礼 |
| 10:10～ 11:00 | | | | | | |
| 11:10～ 12:00 | | | | | | |
| 12:00～13:00 | | | | | | |
| 13:00～ 14:30 | | | | | | |
| 14:40～ 15:30 | | | | | | |
| 15:30～16:00 | 清掃・日報 | | | | | |
| 日付 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 10:00～ | 朝礼 | 朝礼 | 朝礼 | 朝礼 | 朝礼 | 朝礼 |
| 10:10～ 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】 実務/ジョブ/PC | ジョブトレーニング | 外出 【特別プログラム】 初詣 |
| 11:10～ 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～ 14:30 | ディスカッション | ロコワーク | 【選択プログラム】 プロジェクト①/セルフ | キャリア支援 経験の整理 | 就労シミュレーション ※スーツ着用推奨※ | |
| 14:40～ 15:30 | リフレッシュ 【ラジオ体操+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 | | | | | |

年末年始休暇
(～1/4)

外出

【特別プログラム】
初詣

～土曜・特別プログラムのご案内～

〇1/10（土）10：10～12：00 【外出】【特別プログラム】初詣

2026年、最初の特別プログラムは、ワン・ブリッジ町田で行く「初詣」です！

場所は町田の初詣スポットで有名な「町田天満宮」にみんなでいきます。初詣では、おみくじを引いたり甘酒を飲んで、いい年になるようにみんなでたくさん願い事をしましょう！是非、ご参加ください。

※やりたいことや、欲しいものがある場合は、各自必要に応じて金銭持参をお願いします。

〇1/15（木）13：00～15：30【外出】運動習慣定着支援

今月の運動習慣定着プログラムは、町田市民ホールの第4会議室を借り、広い施設での実施となります。

運動して体力を付けて、今年も過ごしましょう！また、今回は他事業所と一緒に取り組む予定です！

是非、ご参加ください。

〇1/24（土）10：10～12：00 【特別プログラム】めんこ作り&遊び

めんこ遊びは、手のひらサイズの厚紙に絵を描いたものを地面にたたきつけて、他の人の札を裏返した人が勝ちとなる遊びです。この遊び以外にもめんこ遊びの種類はたくさんあります。自分のオリジナルめんこを作って、昔懐かしい遊びを一緒に楽しんでみませんか？是非、ご参加ください。

～プログラムに関するお知らせ～

〇1/5、19（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。

〇1/22（木）サポートオフィス、職場体験の一環で中学生の来客があります

町田市地域活動サポートオフィスでの中学生に向けた職場体験の一環で、中学生4名とスタッフの来客があります。

対応の必要はございませんが、10時から1時間ほど見学されますのでご承知おき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 2026年1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 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 10:00～ | 朝礼 | 朝礼 | 朝礼 | 朝礼 | 朝礼 | 朝礼 |
| 10:10～ 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】 実務/ジョブ/PC | ジョブトレーニング | |
| 11:10～ 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～ 14:30 | ビジネス コミュニケーション ～ストレスの解消法～ | ロコワーク | セルフトレーニング | 外出 運動習慣定着支援 ※動きやすい服装で | 就労シミュレーション ※スーツ着用推奨※ | |
| 14:40～ 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 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 10:00～ | 朝礼 | 朝礼 | 朝礼 | 朝礼 | 朝礼 | 朝礼 |
| 10:10～ 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】 実務/ジョブ/PC | ジョブトレーニング | 【特別プログラム】 めんこ作り |
| 11:10～ 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～ 14:30 | ディスカッション | ロコワーク | 【選択プログラム】 プロジェクト②/セルフ | キャリア支援 キャリアビジョン | 就労シミュレーション ※スーツ着用推奨※ | セルフトレーニング |
| 14:40～ 15:30 | リフレッシュ 【ラジオ体操＋ トランプ大会】 | 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 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |
| 10:00～ | 朝礼 | 朝礼 | 朝礼 | 朝礼 | 朝礼 | 朝礼 |
| 身だしなみ週間 | | | | | | |
| 10:10～ 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】 実務/ジョブ/PC | ジョブトレーニング | |
| 11:10～ 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～ 14:30 | ビジネス コミュニケーション ～言葉遣いや挨拶～ | ロコワーク | セルフトレーニング | キャリア支援 支援機関・特例子会社 ※要PC | 就労シミュレーション ※スーツ着用推奨※ | |
| 14:40～ 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 | | | | | |

～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、1/26～1/30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。