

ミラトレ川崎 トレーニングプログラム

2022年12月

月	火	水	木	金	土	日
			1 【特別講座】 ミラトレからのお知らせ	2 【就活講座】 就活の軸	3	4
5 【メンタルケア講座】 自己理解・他者理解②	6 【特別講座】 スキルアップ トレーニング	7 【コミュニケーション】 自己紹介・他己紹介 午後閉所	8 【ビジネス講座】 郵便仕分け	9 【コミュニケーション】 グループワーク ～情報カードゲーム～	10	11
12 【PC講座】 データ入力	13 【メンタルケア講座】 WRAP ～サポート～	14 【就活講座】 面接で企業は 何を質問してくるのか	15 【メンタルケア講座】 自己理解・他者理解③	16 【生活講座】 断捨離 午後閉所	17 土曜開所 クリスマス会	18
19 【生活講座】 社会資源を知ろう	20 【PC講座】 Excel関数に チャレンジ！	21 【特別講座】 月の振り返り を作ろう！	22 【ビジネス講座】 スケジュールリング	23 【コミュニケーション】 話し方の技術	24	25
26 【メンタルケア講座】 医療とのつきあい方	27 【就活講座】 実例から学ぶ ～こんなときどうする～	28 【特別講座】 月の振り返り	29 【特別講座】 大掃除 午後閉所	30	31	

【ミラトレ川崎のスケジュール】  
 10:00～10:15 朝礼・体操・K-STEP  
 10:15～12:00 講座  
 12:00～13:00 お昼休憩  
 13:00～13:05 消毒・清掃  
 13:05～14:40 疑似就労  
 14:40～15:10 自習  
 15:10～15:30 日報入力  
 15:30～15:40 掃除  
 15:40～16:00 終礼

【お知らせ事項】

※スケジュール、プログラム内容などは予告なく変更する場合があります