

ミラトレ三鷹 トレーニングプログラム

2022年12月

月	火	水	木	金	土	日
			1 オリエンテーション 午後閉所	2 【PC講座】 カレンダー作成 付と時刻 日	3	4
5 【メンタルケア講座】 自己理解・他者理解②	6 【PC講座】 年賀状を書こう	7 【ビジネス講座】 優先順位	8 【生活講座】 ウォーキング 三鷹 World Cup2022	9 【コミュニケーション】 グループワーク	10 土曜開所	11
12 【PC講座】 データ入力ケー	13 【PC講座】 Excel VLOOKUP関 数基礎	14 【特別講座】 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 【就活講座】 配慮について 相 互努力を考える 午後閉所	17	18
19 【就活講座】 模擬面接①	20 【就活講座】 模擬面接②	21 振り返り面談①	22 振り返り面談②	23 振り返り面談③	24	25
26 【メンタルケア講座】 医療との付き合い方	27 【コミュニケーション】 プレゼン大会①	28 【コミュニケーション】 プレゼン大会②	29 ワールドカフェ ~ 1年の振り返り~ 午後閉所	30	31	

※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