

## ミラトレ名古屋 トレーニングプログラム

2022年10月

月	火	水	木	金	土	日
					1	2
3 【コミュニケーション】 1分間スピーチ	4 【メンタルケア講座】 自分軸で生きる ということ	5 疑似就労	6 【ビジネス講座】 経験を意味づける	7 【メンタルケア講座】 リアリティショックへの対 処法	8	9
10 スポーツの日	11 【ビジネス講座】 要約力を身に付ける	12 【特別講座】 企業はどこまで障害を 理解してくれるのか	13 【PC講座】 アンケート集計 —グラフ作成— 午後閉所	14 【就活講座】 PDCA —ゴールまでの 道のり計画—	15 土曜開所	16
17 【生活講座】 モチベーション	18 【コミュニケーション】 話し合いのイロハ	19 【就活講座】 強みの伝え方	20 【コミュニケーション】 郵便仕分け —vsスタッフ—	21 【メンタルケア講座】 自分を知る —エゴグラム—	22	23
24 【就活講座】 面接対策 —本番で使える技術—	25 【生活講座】 ウォーキング —那古野の魅力発見—	26 振り返り	27 振り返り	28 【コミュニケーション】 コミュニケーションを 科学する —コンセンサス—	29 土曜開所	30
31 【ビジネス講座】 成果報告会 午後閉所						

## 【1日の流れ】

10:00～ 朝礼・体操  
 10:15～10:30 タイピング練習  
 10:30～12:00 上記のプログラム  
 12:00～13:00 昼休み  
 13:00～15:00 清掃・疑似就労  
 15:00～15:50 スキルアップトレーニング・業務日報作成  
 15:50～16:00 終礼



## 【事業所からのお知らせ】

◆午後閉所：10月13日(木) 10月31日(月)  
 スタッフMTGのため午後閉所にいたします。

◆スーツの日：10月31日(月)  
 スーツ、もしくはオフィスカジュアルにてご参加をお願い致します。  
 ご不明点があればスタッフまでご相談ください。

## ◆今月のおすすめ講座：ビジネス講座「経験を意味づける」

自己分析といっても何からやればいいのか？と疑問に思ったりすることもあると思います。  
 皆さんが得た、かけがえない経験を基に、モチベーショングラフを作成し、自己分析のきっかけをして  
 いくそんな講座です。  
 自分を振り返る機会にしていだければと思います。

