

サテライト・オフィス平野 令和8年前期時間割(令和8年4月～令和8年9月)

個別で実施(デザイン講座、事務強化、webアクセシビリティ、個別
カウンセリング)

	月 (書写講座)	火 (事務強化)	水	木 (自然農園実習)	金 (事務強化)
9:30	朝礼				
10:00	旧's倶楽部 (高橋)	数良苦倶楽部 (高橋)	ナビゲーションブック (井上)	リラクゼーション講座 (上田講師：藤井)	エンパワメント (梁講師：大久保、脇 田) 4/17~6/19 6/29(予備日)
11:00					
12:00	休憩				
13:00	うつ予防講座 (山下講師、植田) 4/20、5/11、 5/25、6/8、6/22 日本語講座 (内藤講師)第4	ワード・エクセル・アクセ ス・パワーポイント・web 等	お菓子作り (田中)	漢字力&計 算力UP (植田)	さをり織& クラフト (鮎子田講 師) 第2、第4
14:00					
15:00	休憩				
15:10	感情のGW (田中)		音楽療法(小西講師： 田中)第1 英会話(森本講師：植 田)第4	ITパスポート (脇田)	ゆる社会学&課外活動 (田中、植田)
16:50	終礼				
<p>○グループワーク</p> <p>【旧's倶楽部】川柳を中心にクイズや世の中の疑問(クエスチョン)を織り交ぜて、居心地の良いQ(キュー)を体感</p> <p>【数良苦倶楽部】日常生活に使われる数字を基に、その仕組みや価値を考える。数学嫌いの人のためのひととき。</p> <p>【リラクゼーション講座】ヨガ等の体の動きを通じてリラックスについて理解します</p> <p>【ナビゲーションブック】メンバー間の話し合いを通じて、得意・不得手・配慮事項等の整理をします。</p> <p>【エンパワメント】職業生活を送る上で、大切なことを学ぶとともに、ゲームなどを通してグループダイナミクスを感じていただきます。</p> <p>【うつ予防の講座】鬱を予防するために、鬱に関する知識を学び、健康で充実した職業生活を送れるよう、皆さんで学んでいきましょう 4/14,21 5/12,19,23</p> <p>【日本語講座】正しい日本語の使い方を学び、自分の意思を分かりやすく相手に伝えることを目指します。2コースあります。4/28,5/26,6/23,7/28,8/25,9/29,10/20,11/17,12/22,1/26,2/16,3/23</p> <p>【感情のGW】感情の整理を行い、マイナスの感情が発生した時の対処法を学びます</p> <p>【ビジネスマナー】会社で必要なビジネスマナーについて、みんなで話し合いながら確認していきます。みんなでビジネスマナーについて語り合しましょう。ジョブパス検定の対策も行います</p> <p>【ゆる社会学】新聞やネットの記事から他の方とお話しつつ学びを深めてみませんか?</p> <p>【お菓子作り】スイートポテト、水ようかん等づくり等小グループで行います。あなたもお菓子作りの達人へ!</p> <p>○課外活動</p> <p>【自然農園実習】無肥料、無農薬の自然農に挑む。体力づくり、仲間づくりに加え、自産自消のエコ生活を志向。</p>			<p>○集合講座</p> <p>【ワード・エクセル・アクセス講座】日本情報処理検定1~4級の取得を目指します。年3回試験あり</p> <p>【ITパスポート】ITスキルの基本としてITパスポート試験があります。基本情報技術者試験への登竜門。ぜひ皆さんもチャレンジしてみませんか?</p> <p>【情報デザイン講座】日本情報処理検定情報デザイン1~4級取得を目指し、その後FOMのテキストを使い、HtmlとCSSの使い方を学びます。最終的にはホームページ作成を目指します</p> <p>【英会話】月1回専門の先生に来ていただき、楽しく英語に触れます。希望者にはTOEIC対策のアドバイスがあります</p> <p>【音楽療法】立腰体操等の準備体操の後、ハンドベルやマラカス等で合奏します。歌もあります。音楽盛りだくさんの講座。更生療育センターの利用者の方と一緒にを行います。</p> <p>○個別講座</p> <p>【漢字力&計算力UP】漢字検定対応、基礎的な計算力のUPを目指します</p> <p>【さをり織&クラフト】先生のもとでモノづくりのスキルを磨いてみませんか?さをり織、ポーチ作成、レジン等何でもOK</p> <p>【書写】職業生活を送るために、丁寧な字を書くことができればよいですね。今一度ご自分の字を見直してみましよう</p> <p>【事務強化】美しい字の練習、ハサミ・カッターの使用、あて名書き、電卓、データチェック等事務の基本を演習を通じて行います</p> <p>【イラストレーター(デザイン)】講座名からすればアドビのイラストレータースキルの講座となりますが、もう少し視野を広げたデザインってこんなのだよ、こうするんだよ!を、課題を(実際の受託の場合も)通し学んで(体験)いき、あわよくばその職種で就労しましょう、を標榜しています。</p> <p>○カウンセリング：事前申込制(公認心理師が対応) 職業志向、適性など自己理解のための検査を通じて、職業生活を考えてみませんか?提携先のカウンセリングオフィスの先生からのアドバイスを受けることもできます。</p>		