


ひゅーまにあ仙台中央 2月プログラム予定表

						2/1	2/2
						土	日
11:00-12:00	<div style="border: 2px solid blue; border-radius: 15px; padding: 10px; display: inline-block;"> 今月の通所は 21日間 ぜひ皆勤を 目指しましょう！ </div> 					訓練日	
13:00-14:00							
14:10-14:40							
	2/3 月	2/4 火	2/5 水	2/6 木	2/7 金	2/8 土	2/9 日
11:00-12:00	PC腕試し ~初級~	電話応対	作文	秘書	ペン習字		
13:00-14:00	マインド マップ	ストレスケア (座禅・瞑想)	ネイル	メンタル ヘルスケア	求人票の見方		
14:10-14:40		求人閲覧	スーツDAY	リフレッシュ デー (午前作業日)			
	2/10 月	2/11 火	2/12 水	2/13 木	2/14 金	2/15 土	2/16 日
11:00-12:00	コラージュ		JST	バイタル チェック	合同企業 説明会	訓練日	
13:00-14:00	ピッキング		スロー エクササイズ	リフレッシュ デー (午前作業日)	MOS対策 (Excel)		
14:10-14:40			求人閲覧				
	2/17 月	2/18 火	2/19 水	2/20 木	2/21 金	2/22 土	2/23 日
11:00-12:00	生活の知恵	Illustrator (限定2名)	コミュニケー ション	バイタル チェック	メモの取り方		
13:00-14:00	ボイス トレーニング	ネイル	就活に役立つ ジョブカード作成 (外部講師)	リフレッシュ デー (午前作業日)	おそうじ		
14:10-14:40		求人閲覧					
	2/24 月	2/25 火	2/26 水	2/27 木	2/28 金	2/29 土	
11:00-12:00		ビジネスマナー (外部講師)	JST	ストレスケア (散策)	一般常識SPI	訓練日	
13:00-14:00		スロー エクササイズ	面接対策 (模擬面接)	メンタル ヘルスケア	趣味		
14:10-14:40		求人閲覧		リフレッシュ デー (午前作業日)			

※プログラムの日程は変更になる場合があります。
 ※「スーツDAY」はスーツ着用の日になります。
 スーツでの通所が難しい方は、普段通りの服装でいらして下さい。
 裏面もご覧下さい

就労支援センター ひゅーまにあ仙台中央
 022-794-9855

