リトルプラスプログラムスケジュール　Club P

2019
10
月間スケジュール

		1（火）	2（水）	3（木）	4（金）	5（土）
AM		読書の日 集中力・思考力を鍛えよう S	コンサルタイム 目標設定や振り返り E A	オフィスワーク 職業スキルを向上させよう W A	ルーシィーダットン タイの自己整体法 A L	ETC プロフェッショナル講座 W
PM		オフィスワーク 職業スキルを向上させよう W A	心と体のリラックス リラックス法を習得しよう A S	ファシリテーション講座 職場で使える ファシリテーションの技術 C W		(LP-NEXT)

	7（月）	8（火）	9（水）	10（木）	11（金）	12（土）
AM	Gardening club 園芸療法とDIY L S	読書の日 集中力・思考力を鍛えよう S	オフィスワーク 職業スキルを向上させよう W A	フリータイム 自由時間を活用しよう L	フリータイム 自由時間を活用しよう L	
PM	運動療法（B） たのしく体力維持向上！ A L	オフィスワーク 職業スキルを向上させよう W A	コンサルタイム 目標設定や振り返り E A	読書の日 集中力・思考力を鍛えよう S	ETC 創作活動 S	

	14（月）	15（火）	16（水）	17（木）	18（金）	19（土）
AM		擬似職場負荷トレーニング 職場環境での負荷作業 C W 1/6	擬似職場負荷トレーニング 職場環境での負荷作業 C W 3/6	擬似職場負荷トレーニング 職場環境での負荷作業 C W 4/6	擬似職場負荷トレーニング 職場環境での負荷作業 C W 6/6	心と体のリラックス 施設外特別プログラム A S
PM		擬似職場負荷トレーニング 職場環境での負荷作業 C W 2/6	フリータイム 自由時間を活用しよう L	擬似職場負荷トレーニング 職場環境での負荷作業 C W 5/6	ルーシィーダットン タイの自己整体法 A L	(LP-NEXT)

	21（月）	22（火）	23（水）	24（木）	25（金）	26（土）
AM	Gardening club 園芸療法とDIY L S		コンサルタイム 目標設定や振り返り E A	読書の日 集中力・思考力を鍛えよう S	運動療法（A） たのしく体力維持向上！ A L	
PM	フリータイム 自由時間を活用しよう L		メンタルミュージック 他者のオススメを聴いてみよう S A	読書会 あなたのオススメ書籍教えてください S C	オフィスワーク 職業スキルを向上させよう W A	

	28（月）	29（火）	30（水）	31（木）	1	2
AM	Gardening club 園芸療法とDIY L S	リハーサル 職業スキルを向上させよう W A	学ぶ会 共に学び共に成長しよう S W	Medical Check 自身の健康状態を正しく知る A L		
PM	運動療法（B） たのしく体力維持向上！ A L	コンサルタイム 目標設定や振り返り E A	反省会 学ぶ会後の振り返り A W	デジカメ散策 オリジナル作品を作ってみよう S C		

	4	5	6	7	8	9
AM						
PM						

一日の流れ

9:30 フリータイム
⇓
9:45 クリーニングタイム
⇓
10:00
モーニング・ミーティング
⇓
10:15～11:45
AM プログラム
⇓
11:45～13:15
ランチタイム
⇓
13:15～14:45
PMプログラム
⇓
14:45 クロージング

PGカテゴリ

E	特定/教育
C	コミュニケーション
A	自己分析/セルフケア
S	体験/学習
L	生活スキル
W	職業スキル

LP PHOTO

Little Plus

〒706-0011
岡山県玉野市宇野
7-24-1

電話　0863-23-4020
FAX　0863-23-4030

メール
info@little-plus.jp
HP
http://little-plus.jp

メモ

*10月のNEXTは5日と19日です。
*10月5日はプロフェッショナル講座（人事課の方のお話）です。ぜひご参加ください。
*10月4日は職員研修のため13時閉所となります。
*10月30日は学ぶ会でスーツの日です。