

2026年 8 月 スケジュール

| 日にち         | 月         |    | 火          |    | 水        |    | 木       |    | 金         |    |
|-------------|-----------|----|------------|----|----------|----|---------|----|-----------|----|
|             | 3         |    | 4          |    | 5        |    | 6       |    | 7         |    |
| 9:45-9:50   | 朝礼        |    | 朝礼         |    | 朝礼       |    | 朝礼      |    | 朝礼        |    |
| 9:50-10:20  | 健康管理      |    | 健康管理       |    | 健康管理     |    | 健康管理    |    | 健康管理      |    |
| 10:20-10:50 | 運動プログラム   |    | 運動プログラム    |    | 運動プログラム  |    | 運動プログラム |    | 運動プログラム   |    |
| 11:00-12:00 | ストレスケア講座  | 井上 | セルフケア講座    | 麻生 | 認知行動療法講座 | 井上 | 余暇講座    | 仲澤 | MOS講座     | 河上 |
| 13:00-14:00 | ビジネスマナー講座 | 櫻井 | 自己紹介（森岡さん） | 櫻井 | 調理実習     | 宮畑 | 生活講座    | 鈴木 | メンタルヘルス講座 | 河上 |
| 14:10-15:10 | 自習・個別対応   |    | 自習・個別対応    |    | 自習・個別対応  |    | 自習・個別対応 |    | 自習・個別対応   |    |
| 15:10-15:30 | 掃除        |    | 掃除         |    | 掃除       |    | 掃除      |    | 掃除        |    |
| 15:30-15:45 | 日報記入・終礼   |    | 日報記入・終礼    |    | 日報記入・終礼  |    | 日報記入・終礼 |    | 日報記入・終礼   |    |

研修

|             | 10       |    | 11  | 12       |    | 13      |    | 14        |    |
|-------------|----------|----|-----|----------|----|---------|----|-----------|----|
| 9:45-9:50   | 朝礼       |    | 山の日 | 朝礼       |    | 朝礼      |    | 朝礼        |    |
| 9:50-10:20  | 健康管理     |    |     | 健康管理     |    | 健康管理    |    | 健康管理      |    |
| 10:20-10:50 | 運動プログラム  |    |     | 運動プログラム  |    | 運動プログラム |    | 運動プログラム   |    |
| 11:00-12:00 | 就活講座     | 木元 |     | 認知行動療法講座 | 井上 | セルフケア講座 | 麻生 | MOS講座     | 河上 |
| 13:00-14:00 | ストレスケア講座 | 井上 |     | 身だしなみ講座  | 宮畑 | 生活講座    | 鈴木 | メンタルヘルス講座 | 河上 |
| 14:10-15:10 | 自習・個別対応  |    |     | 自習・個別対応  |    | 自習・個別対応 |    | 自習・個別対応   |    |
| 15:10-15:30 | 掃除       |    |     | 掃除       |    | 掃除      |    | 掃除        |    |
| 15:30-15:45 | 日報記入・終礼  |    |     | 日報記入・終礼  |    | 日報記入・終礼 |    | 日報記入・終礼   |    |

|             | 17       |    | 18         |    | 19       |    | 20      |    | 21        |    |
|-------------|----------|----|------------|----|----------|----|---------|----|-----------|----|
| 9:45-9:50   | 朝礼       |    | 朝礼         |    | 朝礼       |    | 朝礼      |    | 朝礼        |    |
| 9:50-10:20  | 健康管理     |    | 健康管理       |    | 健康管理     |    | 健康管理    |    | 健康管理      |    |
| 10:20-10:50 | 運動プログラム  |    | 運動プログラム    |    | 運動プログラム  |    | 運動プログラム |    | 運動プログラム   |    |
| 11:00-12:00 | 文章力講座    | 木元 | 社会人基礎力向上講座 | 櫻井 | 認知行動療法講座 | 井上 | セルフケア講座 | 麻生 | MOS講座     | 河上 |
| 13:00-14:00 | ストレスケア講座 | 井上 | 社会人基礎力向上講座 | 櫻井 | 健康管理講座   | 宮畑 | 生活講座    | 鈴木 | メンタルヘルス講座 | 河上 |
| 14:10-15:10 | 自習・個別対応  |    | 自習・個別対応    |    | 自習・個別対応  |    | 自習・個別対応 |    | 自習・個別対応   |    |
| 15:10-15:30 | 掃除       |    | 掃除         |    | 掃除       |    | 掃除      |    | 掃除        |    |
| 15:30-15:45 | 日報記入・終礼  |    | 日報記入・終礼    |    | 日報記入・終礼  |    | 日報記入・終礼 |    | 日報記入・終礼   |    |

|             | 24       |    | 25      |    | 26       |    | 27      |    | 28              |    |
|-------------|----------|----|---------|----|----------|----|---------|----|-----------------|----|
| 9:45-9:50   | 朝礼       |    | 朝礼      |    | 朝礼       |    | 朝礼      |    | 朝礼              |    |
| 9:50-10:20  | 健康管理     |    | 健康管理    |    | 健康管理     |    | 健康管理    |    | 健康管理            |    |
| 10:20-10:50 | 運動プログラム  |    | 運動プログラム |    | 運動プログラム  |    | 運動プログラム |    | 運動プログラム         |    |
| 11:00-12:00 | 大人の家庭科講座 | 木元 | 体調管理講座  | 森岡 | 認知行動療法講座 | 井上 | 余暇講座    | 仲澤 | MO+AZ46:BK62S講座 | 河上 |
| 13:00-14:00 | ストレスケア講座 | 井上 | 体力UP講座  | 宮畑 | 健康管理講座   | 宮畑 | 生活講座    | 鈴木 | メンタルヘルス講座       | 河上 |
| 14:10-15:10 | 自習・個別対応  |    | 自習・個別対応 |    | 自習・個別対応  |    | 自習・個別対応 |    | 自習・個別対応         |    |
| 15:10-15:30 | 掃除       |    | 掃除      |    | 掃除       |    | 掃除      |    | 掃除              |    |
| 15:30-15:45 | 日報記入・終礼  |    | 日報記入・終礼 |    | 日報記入・終礼  |    | 日報記入・終礼 |    | 日報記入・終礼         |    |

|             | 31       |    | 1       |    | 2        |    | 3       |    | 4         |    |
|-------------|----------|----|---------|----|----------|----|---------|----|-----------|----|
| 9:45-9:50   | 朝礼       |    | 朝礼      |    | 朝礼       |    | 朝礼      |    | 朝礼        |    |
| 9:50-10:20  | 健康管理     |    | 健康管理    |    | 健康管理     |    | 健康管理    |    | 健康管理      |    |
| 10:20-10:50 | 運動プログラム  |    | 運動プログラム |    | 運動プログラム  |    | 運動プログラム |    | 運動プログラム   |    |
| 11:00-12:00 | ストレスケア講座 | 井上 | 施設長個別面談 | 櫻井 | 認知行動療法講座 | 井上 | SST講座   | 櫻井 | MOS講座     | 河上 |
| 13:00-14:00 | 就活講座     | 櫻井 | 体調管理講座  | 森岡 | 健康管理講座   | 宮畑 | 生活講座    | 鈴木 | メンタルヘルス講座 | 河上 |
| 14:10-15:10 | 自習・個別対応  |    | 自習・個別対応 |    | 自習・個別対応  |    | 自習・個別対応 |    | 自習・個別対応   |    |
| 15:10-15:30 | 掃除       |    | 掃除      |    | 掃除       |    | 掃除      |    | 掃除        |    |
| 15:30-15:45 | 日報記入・終礼  |    | 日報記入・終礼 |    | 日報記入・終礼  |    | 日報記入・終礼 |    | 日報記入・終礼   |    |