

2018年 3月 講座 スケジュール

月曜日	火	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
			1	2 10:00~11:30 アサーション① 13:30~16:30 コミュニケーション 検定講座①	3 10:00~12:00 企業人リサーチ① 13:30~15:30 企業人リサーチ②
5 10:00~12:00 PCTトレーニング 14:00~15:30 アンガーマネジメント①	6 閉館日	7 10:00~12:00 就活セミナー① 13:00~17:00 若者UP (基礎) ③	8 10:00~12:00 スタート オリエンテーション 14:00~15:30 報連相の技術①	9 10:00~11:30 アサーション② 13:30~15:00 アンガーマネジメント②	10 10:00~12:00 筆記試験対策講座 14:00~16:00 就活セミナー②
12 10:00~12:00 PCTトレーニング 14:00~16:00 就活セミナー③ 14:00~15:30 YHWへ行こう	13 閉館日	14 10:00~12:00 就活セミナー④ 13:00~17:00 若者UP (基礎) ④	15 13:30~16:30 コミュニケーション 検定講座②	16 10:00~11:30 アサーション③ 13:30~15:00 報連相の技術②	17 14:00~16:00 卒業生との語らい
19 10:00~12:00 PCTトレーニング 13:00~17:00 若者UP (基礎) ⑤	20 閉館日	21 閉館日	22 14:00~16:00 基本の ビジネスマナー①	23 13:30~15:00 ソーシャルスキルを学ぼう	24
26 10:00~12:00 PCTトレーニング 14:00~16:00 YHWチャレンジ講座	27 閉館日	28 10:00~11:30 アサーション④ 13:00~17:00 若者UP (基礎) ⑥	29 14:00~16:00 基本の ビジネスマナー②	30	31

※講座受講希望の方は、定員の制限がありますので職員にお尋ね下さい。
また随時、ぐんぐん市場でのプチ職場体験、おーさぁ（喫茶、厨房、介護、事務）での業務体験、
企業での職場体験を実施しております。気になった方は、スタッフにお声かけください。

今月の講座紹介	
講座名	説明
ようこそサポステへ	
スタートオリエンテーション ＜就活準備室＞	＜新登録者向け＞サポステを利用するにあたって不安だったり 分からなかったりする部分もあると思います。これからサポステをご利用される方に 有効に利用するためのサポステ紹介をいたします。
コミュニケーション系	
アサーション ＜就活準備室＞	アサーションとは、お互いを大切にしながら、率直で素直に自己表現をする方法のことです。 講義だけでなくロールプレイも行い、アサーティブな表現を実践的に身に付けることを目指します。 自分の対人関係の持ち方や自己表現方法をより良くしたい方、是非、ご参加を。
スキル系	
PCTトレーニング ＜就活準備室＞	毎週月曜日に開催される、自主学習方式の講座となります。（ボランティア講師あり） 自由度が高く、各自の進度に合わせた学習が可能です。
筆記試験対策講座 ＜就活準備室＞	就職試験に小論文や筆記試験がある方、就職に役立つための資格取得を目指す方等へ 自習の場を提供しています。予備校の先生を講師として招いているので、質問も可能です。 自宅ではなかなか取り組みない方は是非ともご参加ください。
就活系	
基本のビジネスマナー ＜就活準備室＞	社会人として必要なビジネスマナーについて学びます。 「マナーがどうして必要なのか？」の説明から入り、言葉遣い、表情、 声の大きさ・会話の速さなど基本的な内容をお教えます！是非、実践してみてください。
企業人リサーチ ＜就活準備室＞	原則、就活セミナーの受講者が対象となります。職場での円滑な人間関係や お客様対応について課題と対策を話し合い、ロールプレイで自信をつけます。 ※事前学習課題あり。スタッフより受け取り、実施の上、受講してください。
就活セミナー ＜就活準備室＞	就職活動に必要な知識とスキルを実践的に学びます。 就活に向けての意思決定が明確にできている方が対象となります。 受けたい企業がある方は求人票をご持参ください。※①は面接に行く服装で参加
YHWへ行こう ＜ヤングハローワーク＞	ヤングハローワークで職員さんから求人検索方法やハローワーク相談の 活用方法などを紹介していただき、ハローワーク登録や求人検索を行います
YHWチャレンジ講座 ＜ヤングハローワーク＞	毎月1回、ヤングハローワークの会議室で、スタッフと対策を考えながら求人検索を実施します。 持参するものは、応募書類と筆記用具。知りたいたい求人企業の情報や応募に必要な紹介状も その場で発行して頂けますので、リアルタイムの就活が可能です。 これまでも多くの方々が就職決定されています。是非、皆さんもチャレンジしてみませんか!!
特別講座	
コミュニケーション検定講座 ＜就活準備室＞	サーティファイが実施しているコミュニケーション検定の初級対策講座となります。 2回目の講座受講後、希望者には検定試験を実施します。受験料は2,000円です。 資格取得欄に書くことで、コミュニケーションについて前向きに学んでいることをアピールできます。 ※1回目受講後に受験希望者から受験料を徴集するのでご準備ください。
アンガーマネジメント ～怒りとうまくつき合うために～ ＜就活準備室＞	ムカッとすると、イライラする…そんな感情は誰にでもあるもの。でも、それを無視したり、 抑え込んだり、不適切な形で爆発させては日常生活に支障が出てきます。 上手に怒りと付き合う方法を一緒に学んでいきましょう！
報連相の技術 ＜就活準備室＞	どこの会社に行っても求められるものとして、報告・連絡・相談（報連相「ほうれんそう」）の 技術があるとされます。その重要性やポイント、心構え注意点を学んでいきます。 大きなミスを防ぎ、自分自身や周囲を守るためにも、しっかり身に付けておきましょう！
ソーシャルスキルを学ぼう ＜就活準備室＞	社会で生きていく為に必要なスキルを練習したり、皆で考えたりする講座です。 参加する方の必要に応じて内容を考えて実施する為、毎回、内容は異なります。お楽しみに。
その他	
卒業生との語らい ＜集会場＞	就職をして頑張っているサポステ卒業生たちを招き、ミニゲームを通して交流します。 サポステの利用が、どう役に立ったか。どの講座がお勧めか。今はどうしてそう思えるように なったのか。などなど、お話ししてくれます。先輩に学ぼう！お楽しみに。