

# 2018年6月 サポステ・外部講座内容のご案内

今月の講座紹介		
講座名	説明	開催場所
<b>基本バック</b>		
スタートオリエンテーション & 仲間づくり講座	<新登録者向け> まずは同じ時期に利用開始したメンバーと簡単なゲームを通して交流してもらいます。その上で、サポステを利用する際の注意点、基本的なルールなどをお伝えします。新規登録した方は必ずご参加ください。	就活準備室
YHWへ行く	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ます。就活に必須のハローワークの求職者登録や求人検索を使う体験をしています。	ヤングハローワーク
<b>ストレス対策バック</b>		
アンガーマネジメント ~怒りとうまくつき合うために~ <2回コース>	ムカッとする、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!	就活準備室
<b>自己表現上達バック</b>		
考え方を柔軟にしよう <4回コース>	物事の見方・考え方・捉え方は人それぞれ違います。考え方を柔軟にすると心の中に「考え方の引き出し」を出来るだけたくさん持つことです。グループワークを通して色々な考え方を聞き入れ引き出しを広げよう。	就活準備室
言力 <2回コース>	言葉にこだわる時間です。ラジオパーソナリティのイズミガ氏を講師に迎え、自分の伝えたい気持ちを自分らしく感じて伝えられるように自己PRとアピールの方法を聞いてみましょう。	就活準備室
<b>自己分析・自己理解バック</b>		
自分の興味分野を知ろう (VRT) <2回コース>	自分の事は知っていても知らなかったりします。この講座ではVRTという興味検査を実施することにより、自分自身の興味の方向性を探り、職業理解を深めるきっかけを掴んでもらいます。 ※鉛筆がシャープペンと消しゴム、ものさし、ボールペン2色以上をご持参ください。	①就活準備室 ②健康文化ホール
自分の職業適性を見てみよう (GATB) <2回コース>	「自分に合った仕事、自分にできる仕事ってなんだろう?」...悩んでいる人も多いのではないのでしょうか。この講座では厚生労働省編一般職業適性検査(GATB)を用いて、自分自身の職業適性や能力を見つめおします。受講後には個別キャリア面談をご予約下さい。 ※1回目は鉛筆(HBかB)を2本、2回目はものさしとボールペン3色をご持参ください。	①就活準備室 ②健康文化ホール
<b>社会に出る準備バック</b>		
基本のビジネスマナー	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します!是非、実践してみてください。	就活準備室
<b>就職活動バック</b>		
ホンキの就職	主体的な応募活動を起こす自信と行動力を養う為にリクルート社が開発した講座です。就職活動によくある3つの課題を学び、「話し方」と「話す内容」から面接をブラッシュアップします。応募活動に向けて加速した方、「ホンキ」で内定を取りにいきたい方は是非ご参加ください! ※3名以上の申込みで開催になります	就活準備室
YHWチャレンジ講座	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、 <b>応募書類と筆記用具</b> 。知り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てください!!	ヤングハローワーク
<b>就職活動バック</b>		
ジョブトレーニング <1週間~3ヶ月>	サポステでは週20時間以上、最低1週間~最大3ヶ月のジョブトレーニング(職場体験)を受けることが可能です。一般の企業さんと「現場の仕事」を体験してみませんか? 百聞は一見にしかず。考えるよりもやってみよう!!!	

今月の講座紹介		
講座名	説明	開催場所
<b>PCスキル系</b>		
PCトレーニング	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。自由度が高く、各自の進度に合わせた学習が可能です。申込者が多いため、今月は月に2回午後も開講することになりました。日と時間帯(午前希望か午後希望か)を指定してお申込み下さい。※ <b>原則、同日に2コマ受講は不可</b>	就活準備室
<b>その他</b>		
コミュニケーションを楽しもう <4回コース>	体を動かすレクリエーションなどから始め、緊張を減らしながら進めていきます。様々な方法で「コミュニケーションをとる」ことを楽しく体験していきます。アクティブに自分を表現しながら、自分らしいコミュニケーションを探しましょう。	集会場
ソーシャルスキルを学ぼう	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。	就活準備室
コミュニケーション検定対策講座 <2回コース>	サ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。	就活準備室
トラブル対処時のマナーを学ぼう	お仕事をすればどんなに気を付けていても思いがけずミスをしてしまったり、クレームを受けてしまうこともあります。そのような時に守っておくべきマナーとは何かについて学んでいきます。マナーを守った対応でピンチをチャンスに変えましょう!	就活準備室
ソーシャルミーティング	サポステの卒業生 & 現在利用者たちで集まり、語りあう場です。フアンシレーターはいますが、主役は皆さんになります。仕事や就活について悩んでいること、良かったこと、困っていること等を楽しくシェアしませんか? ※ <b>会費制(数百円)です。</b>	就活準備室
宇城セミナー <2回コース>	2日間で「コミュニケーションについて」と「職業レディネステストを用いた自己分析」についてを凝縮して学べます。また、前後の週には出張相談会も実施予定!宇城近辺の方は是非ご参加を。	ハローワーク宇城
天草地区公開講座	「サポステの天草地域での支援ってどんなことをしているの?」「キャリア面談って何をやるんだろう?」そんな疑問にお答えする為の公開講座です。ご本人だけでなく、保護者の方、支援者の方もご参加ください。	ハローワーク天草
家族会	サポステ利用者の保護者の皆さんによる会です。「子どもの就労に関して誰よりも心配しているけど、どう関わって良いかわからない」「サポステで何をしているのかわからない」「適切な社会資源を知りたい」という保護者が集まって意見を交換しています。	就活準備室

## 外部機関 講座案内

### ジョブカフェセミナー

- 6月5日: 自己分析~自分の宝物を探そう! (自己分析/自己理解)
  - 6月6日: リアル! 模擬面接
  - 6月7日: 伝わる! 自己PR・志望動機の手書き方 (応募準備)
  - 6月12日: 面接練習①~マナー・基本を習得しよう
  - 6月14日: 面接練習②~伝え方を強化しよう!
  - 6月15日: リアル! 模擬面接
  - 6月22日: リアル! 模擬面接
- ※詳しくは別紙チラシをご覧くださいの上、お申し込みを!

今日はジョブトレ強化月間です。「目標にしていた就職決定時期が過ぎたのに、なかなか応募に踏み切れない...」「応募コースに進む前に自信をつけたい」という方、是非、このタイミングで体験に飛び込みましょう!

## ~お問い合わせ先~ くまもと若者サポートステーション

<事務所>  
〒862-0904  
熊本市東区栄町2-15 県営健康団地1階  
TEL&FAX: 096-365-0117 (火曜・日曜・祝祭日休み)  
E-mail: kumamoto.saposute@mica.dti.ne.jp

