

2018年7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 |
| 基本バック | | |
| 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へ行こう | 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きます。 | ヤングハローワーク |
| ストレス対策バック | | |
| ストレスと上手につきあう <4回コース> | ストレス予防の基本であるセルフケアと、ストレスを和らげる「3つのC」（認知、コントロール感覚、コミュニケーション）をキーワードにした講座です。意見交換や体験学習を通して、楽しみながら学びましょう！ | 就活準備室 |
| 自己表現上達バック | | |
| 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ことは心の中に「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 |
| 自己分析・自己理解バック | | |
| 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るようで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。 | 就活準備室 |
| 自分の職業適性を見よう (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なおします。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。 | 就活準備室 |
| 社会に出る準備バック | | |
| 「働き方」と「生活費」 (生活費編) | 『一人で生活するにはいくら位お金がかかるだろう？ また、一人暮らしと二人暮らしとどちらが生活に余裕が持てるんだろう？』など、現実的なお金の話をみんなで楽しく学ぶ講座です。 ※電卓と筆記用具を持って来て下さい | 就活準備室 |
| 「働き方」と「生活費」 (働き方編) | 『正社員とアルバイトでは保険や税金にも違いがある？ また、賞与や昇給ってどの位大切？』など、働き方の違いで社会保障や将来の給与にどんな影響があるのか学んでみませんか？ | 健軍文化ホール 会議室B |
| 就職活動バック | | |
| 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、応募書類と筆記用具。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きますので、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!! | ヤングハローワーク |
| 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 |
| PCスキル系 | | |
| 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。今月より「PCトレーニングレベル確認テスト」を実施します。自分の学習進度の確認、目標の見直しや再設定をしながら受講して下さい。 | 就活準備室 |
| 若者UP (基礎) <6回コース> | 仕事でPC業務を効率よく行うことを目的とした講座です！基礎編ではPC入門・Win8体験、Word、Excel、PowerPoint、Excel活用を実施。基礎編の初回 (PC入門) は必須受講です。 | 就活準備室 |

| 今月の講座紹介 | | |
|-----------------------|---|-------|
| 講座名 | 説明 | 開催場所 |
| その他 | | |
| 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 |
| 職場の困った場面を考えよう <2回コース> | 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。皆で楽しみながら、職場で起こりそうな「困った場面」を乗り切る練習をしましょう！ ※事前学習課題あり。スタッフより受け取ってから、受講してください。 | 就活準備室 |
| 心理教育 | 最初に自分の得意・不得意がわかるゲームを実施し、情報処理の仕方の特徴を把握します。自分の特性にあった仕事の仕方・工夫を考えてみましょう！ ※先着6名様まで。講座後に心理士による面談予約を入れることができます。 | 就活準備室 |
| 企業人講話 | 座談方式で企業人をお招きし、今の仕事に就くまでのヒストリーを語っていただきます。普段、人の前でお話をされている方々ではないので、ズバリ本音を語ってくれます。ためになること間違いなしの講演です。今回は経理関係で働く女性が講師です。 | 就活準備室 |
| 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分からない」「サポステで何をしているのか知らない」「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 |

申込み締切は
7/5 (木) です。

～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 県営健軍団地1階
TEL&FAX : 096-365-0117 (火曜・日曜・祝祭日休み)
E-mail : kumamoto.saposute@mica.dti.ne.jp
<講座・プログラムスペース>
【就活準備室】
〒862-0903
熊本市東区若菜1-14-5 (健軍商店街内)
【ヤングハローワーク】
熊本県熊本市中央区水前寺1丁目4-1 (水前寺駅2階)

【7月は職場見学ツアー実施予定です！】

7月中に職場見学ツアーの開催を予定しています。
職場体験に興味がある方、
「会社のイメージがわからない方、職種で迷っている方、
色々な職種について情報を得たいと思っている方など
是非、ご参加ください。

見学先企業・日程については後日
サポステカウンターにて掲載予定です。



外部機関 講座案内

ジョブカフェセミナー

- 7月3日：自己分析～自分の宝物を探そう！（自己分析/自己理解）
 - 7月4日：リアル！模擬面接
 - 7月5日：伝わる！自己PR・志望動機の手書き方（応募準備）
 - 7月10日：面接練習①～マナー・基本を習得しよう
 - 7月12日：面接練習②～伝え方を強化しよう！
 - 7月13日：リアル！模擬面接
 - 7月20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！