

2018年8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を促してまいります。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！	健軍文化ホール 会議室C
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
自己表現上達バック		
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
自己分析・自己理解バック		
自分の興味分野を知ろう (V R T) <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V R T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。	健軍文化ホール 会議室B
自分の職業適性を見てみよう (G A T B) <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 (G A T B) 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。受講後は個別キャリア面談をご予約下さい。 ※1回目は鉛筆 (H B 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。	健軍文化ホール 会議室B
応募準備バック		
自分の良さを確認しよう ~自己分析と自己PR~	皆さんは自分自身のことを知っていますか？自分が知っている強味・弱み・P Rだけが全てではありません。周囲からの意見にも耳を傾け、もう一度、自分が与える印象について検討してみましょう。	就活準備室
応募書類を作成してみよう (準備編)	応募書類の作成について学びます。履歴書・職務経歴書・添え状など応募書類一式のについてしっかりと基本を学んだ上で、「効果的な」応募書類を作るための準備をすすめていきます！	就活準備室
応募書類を作成してみよう (作成編)	「準備編」で理解したことを参考に、応募書類を作成していきます。具体的な会社・職種に応じた応募書類の作成ポイントについて実践形式で学んでいきます。 ※実践練習の為、応募候補になりそうな求人票1つ以上を必ずご持参ください。	就活準備室
皆で面接練習をしてみよう	就職活動では避けられない「面接」。緊張もあり、苦手と感じる人も多いのではないのでしょうか？それを克服するには「慣れる」のが一番です。まずはサポステの仲間と一緒に楽しみながら面接練習をやってみましょう！ ※面接に行く服装でお越しください。	就活準備室
電話対応講座 (就活編)	就職活動の際の電話のやり取りについて学びます。例えば、「先方との面接日時の打合せはどうすればいいの？」「どういった電話の出方、掛け方なら失礼でないか？」などなど。応募前にそんな不安を解消しておきましょう！実践を交えて練習していきます！	就活準備室
電話対応講座 (職場編)	家庭電話が減少し「誰から掛かってくるか分からない」「誰が電話口に出るのか分からない」ような電話に対応する機会が減っています。「会社での電話の出方、掛け方は？」「不在時の対応は？」「自分が分からないことを聞かれたら…」そんな不安なシチュエーションを練習で克服していきます。	就活準備室
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！！	ヤングハローワーク
P C Tスキル系		
P C T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。「P C Tトレーニングレベル確認テスト」は7月と同じ内容で実施しますので、7月受講ができなかった人、再チャレンジしたい方はお申込み下さい。	就活準備室
パソコン検定試験対策講座 <4日間>	就職活動の際に何もない状態で「パソコンが得意です」と伝えるのと、目に見える「資格」という形でアピールできるのでは効果が大きく異なります。この機会に資格取得にチャレンジしてみませんか？集中的に4日間かけて日商のパソコン検定試験への対策を実施します。ワード・エクセル初心者もOK。	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
勇気づけ講座 <4回コース>	これまでの自分からなりたいた自分へ変わることを目指す講座です。「ありのままの自分」を受け入れ、不完全である勇気を知り、自分自身や他者を勇気づけることができるようになります！きっと毎日が楽になりますよ。	就活準備室
第一印象を良くしよう <2回コース>	第一印象は、初めて会って3秒〜7秒で頭にインプットされるそうです。特に視覚からの情報で大きく左右されます。この講座では、見た目の印象を良くするコツとして、身だしなみ・スキンケア・メイクアップをご紹介しながら、カラーコーディネートを取り入れたレッスン形式で進めていきます。 ※女性は普段使用しているメイク道具、男性は洗顔後のタオルが必要	就活準備室
ビジネス文書、SNS利用時のマナーを学ぼう	書類やメールによる情報は「目に見えない」ため、話し言葉よりも人の記憶・印象に残りやすく、気を遣う業務のひとつになります。今のうちに基本をマスターしておけば安心！ 履歴書の送付の際にもマナーを守って印象アップを目指しましょう。	就活準備室
お客様対応時のマナーを学ぼう	職場でお客様がいらした時、どのように出迎え、案内し、お見送りをすればいいのかわかりますか？ また、自分が訪問する時のマナーはどうでしょう？入社してからだけでなく、就活の際に会社を訪れる機会も多いと思います。自信を持って振舞えるよう学んでおきましょう！	就活準備室
上益城セミナー <2回コース>	2日間「コミュニケーションについて」と「職業レディネステを用いた自己分析」についてを凝縮して学べます。サポステでは開講されない内容なので、興味がある方は是非お申込みを！	ハローワーク 上益城
くまサポ 公開講座・出張相談会	パリアにてくまもサポステの紹介と「言力」のエッセンスを凝縮した講座を開講します。 周囲にサポステ利用を検討している方がいたら、是非、声をかけてみてください！！	くまもと県民 交流館パリア
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

申込締切
8/10 (金)

～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・フロラムスペース>
【就活準備室】
〒862-0903 熊本市東区若葉1-14-5 (健軍商店街内)

外部機関 イベント案内

ジョブカフェ
8月1日: リアル! 模擬面接
8月4日: 熊本県新規就農☆就業相談会&セミナー開催 in パリア
8月7日: 自己分析~自分の宝物を探そう! (自己分析/自己理解)
8月9日: 伝わる! 自己PR・志望動機の手書き方 (応募準備)
8月13日: くまもとU! Jターン合同企業面談会 in パリア
8月24日: リアル! 模擬面接
8月28日: 面接練習①~マナー・基本を習得しよう
8月30日: 面接練習②~伝え方を強化しよう!
8月31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!