

2018年10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しております。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
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		
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ダ氏を講師に迎え、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 (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。 ※鉛筆か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 (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。	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」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！ ※添削済の履歴書を持って、面接に行く時の服装でご参加ください。	就活準備室
応募準備バック		
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

今月の講座紹介		
講座名	説明	開催場所
P・C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、各自の進捗に合わせた学習が可能です。目標設定をして受講しましょう。	就活準備室
パソコンBasic講座 <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！Word、Excelを中心に、日商のパソコン検定Basicレベルの内容を段階を追って進めていきます。また、仕事で必要となる情報処理の基礎知識も織り込んでいきます。「自己流では使えないけど…」 「仕事でパソコンを使う可能性があるけど、ちょっと不安」という方、是非、ご参加を。	就活準備室
その他		
コミュニケーション検定 対策講座 <2回コース>	サテ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	お仕事をしなけ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
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
ホンキの就職 1分間スピーチワークショップ	リクルート社が開発したプログラムで、面接場面で「自分のことを分かりやすく伝える」スキルの向上を目的としています。面接練習に役立っている方、是非ご参加を。参加者同士での練習になるので、気軽に取り組みますよ。 ※3名以上の申込みで開催されます。	就活準備室
ホンキの就職 仕事力発見ワークショップ	リクルート社が開発したプログラムで、自分の仕事力（強味）を発見することを目的としています。参加者同士でのグループワークの中で互いの仕事力を探していきます。気軽にご参加を。 ※3名以上の申込みで開催されます。	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！	就活準備室
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
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！宇城辺りの方は是非ご参加を。	ハローワーク 宇城
上天草地区公開講座	「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。臨床心理士が「就労支援からみえる若者たちの今」という演題で講座をします。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。	松島総合 センターフロア 視聴覚室
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、どう関わっていいかわからない」「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

~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



今月は職場見学ツアーが実施されます!!!

今月は職場見学ツアー開催月です。
「どんな職業があるのか、あまり知らない…」
「ハードルが高くて、外部の職場見学になかなか行けない」
「職場体験も検討したい」という方、是非、ご参加ください。
※ 訪問企業の事情により日時など変更の可能性があります。
詳しくはカウンターに貼り出される掲示をご確認ください。

外部機関 講座案内

ジョブカフェセミナー
10月2日：自己分析～自分の宝物を探そう！（自己分析/自己理解）
10月3日：リアル！模擬面接
10月4日：伝わる！自己PR・志望動機の手書き方（応募準備）
10月9日：面接練習①～マナー・基本を習得しよう
10月11日：面接練習②～伝え方を強化しよう！
10月19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！