

2018年11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
基本パック		
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
ストレス対策パック		
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
自己表現上達パック		
アサーション <4回コース>	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。	就活準備室
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」を出せ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人の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・自己理解パック		
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つたりします。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。	①就活準備室 ②健軍文化ホール C
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？ J…悩んでいる人も多いのではないですか。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。	①就活準備室 ②健軍文化ホール C
応募準備パック		
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ぞはいいのですか？」「どういった電話の出方、掛け方なら失礼でないのか？」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わからない」「誰が電話口に出るかわからない」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？」「自分がわ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
就職活動パック		
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現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

今月の講座紹介		
講座名	説明	開催場所
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。11月は「コミュニケーションを楽しもう」の方が優先的に午前受講となります。	就活準備室
PCトレーニング レベル確認テスト	PCトレーニング受講者は原則、全員受けるようにしましょう！「PCトレーニング」の参加目標が曖昧にならないよう、現在の自分のレベルを確認し、翌月に向けての目標設定に活用しましょう。	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3級の対策を実施します。パソコンは得意だけでも資格を持っていない方、Basicをクリアした方など、是非ご参加ください！	就活準備室
その他		
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
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。柔軟なコミュニケーションが苦手な方は是非ご参加ください。	集会場
社会に出てからのSNSとの付き合い方	スマホが世界中で爆発的に普及しています。皆さんにますます身近になったインターネット。しかし、便利な反面のリスクの高さ、ネット上の人間関係の難しさ等、落とし穴もあります。社会に出てからも困らないようネットやSNSとの付き合い方を改めて考えてみましょう。	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	仕事をしたり、社会で生きていく為に必要なコミュニケーションスキルについて体験・参加型で学びます。毎回、内容は異なります。お楽しみに！！	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頂けます。ためになること間違いなしの講演です。	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。ファシリテーターはいますが、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？ ※会費制 (数百円) です。	就活準備室
上益城地区公開講座	「サポステの上益城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。	ハローワーク 上益城
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

外部機関 講座案内

ジョブカフェセミナー

- 11月6日：自己分析～自分の宝物を探そう！（自己分析/自己理解）
 - 11月7日：リアル！模擬面接
 - 11月8日：伝わる！自己PR・志望動機の書き方（応募準備）
 - 11月13日：面接練習①～マナー・基本を習得しよう
 - 11月15日：面接練習②～伝え方を強化しよう！
 - 11月16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！

職場見学ツアー 事前説明会を実施します！

- 12月には職場見学ツアーが予定されています☆その事前説明会が11/27に開催されますので、是非、皆さんご参加ください！！
- ※ 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。



～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）
- 【集会場】
- 県営健軍団地1階 集会場
- 【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）