

2019年4月 サポステ・外部講座内容のご案内

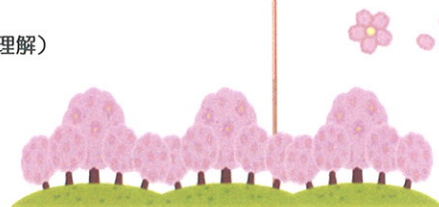
今月の講座紹介		
講座名	説明	開催場所
基本バック		
スタートオリエンテーション	<新登録者向け> まずは同じ時期に利用開始したメンバーと簡単なゲームを通して交流してもらいます。その上で、サポステを利用する際の注意点、基本的なルールなどをお伝えします。新規登録した方は必ずご参加ください。	就活準備室
YHWへ行こう	ヤングハローワークで職員さんから求人検索方法やハローワーク相談の活用方法などを紹介させていただきます。 就活に必須のハローワークの求職者登録や求人検索を使う体験をしていきます。	ヤングハローワーク
ストレス対策バック		
ストレスと上手につきあう <4回コース>	ストレス予防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		
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
アサーション <2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
社会に出る準備バック		
基本のビジネスマナー <2回コース>	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伝えします! 是非、実践してみてください。	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?」...悩んでいる人も多くはないでしょうか。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。	就活準備室
エゴグラムを使った自己理解	エゴグラムという性格検査を実施し、自分の「自我状態」を理解します。自分自身の性格や特徴・行動パターンを理解することで「自分の更に伸ばしたいところ・変えていきたいところ」を整理したり、他の人の個性を認めるヒントを得られるかも!? 興味がある方は是非、ご参加ください。	就活準備室

今月の講座紹介		
講座名	説明	開催場所
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・PR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」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! ※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	健軍文化ホール
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
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。	就活準備室
タッチタイピング講座 <2回コース>	キー入力や正確に行うための技術や効率よく入力するための技術を習得します。仕事でパソコン操作の際の入力への自信をつけることが出来ます。 タイピングに自信をつけたい方、入力の基礎を学びたい方におススメです。	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
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
その他		
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

- 4月16日: 自己分析~自分の宝物を探そう! (自己分析/自己理解)
- 4月17日: 面接練習③~リアル! 模擬面接
- 4月18日: 伝わる! 自己PR・志望動機の書き方 (応募準備)
- 4月23日: 面接練習①~マナー・基本を習得しよう
- 4月25日: 面接練習②~伝え方を強化しよう!
- 4月26日: 面接練習③~リアル! 模擬面接



4/24お仕事を考えようpart①を開催します!

今回は派遣事業所の方をお招きしています。
よく耳にする「派遣」って具体的にどんなことなのか実際にお話を聞くことでお仕事への興味を広げていくことが出来ると思います。
今後、違う事業所も予定していきます。
※ 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。



~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】

