

2019年4月 サポステ講座 スケジュール

月曜日		火曜日	水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前	午後		午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
1 10:00~12:00 PCトレーニング	14:00~15:30 YHWへ行こう	2 閉館日	3 10:00~12:00 スタートオリエンテーション	13:00~15:00 タッチタイピング講座①	4		5 10:30~12:00 ストレスと上手に付き合う①		6 10:00~12:00 自分の良さを確認しよう (自己分析と自己PR)	
8 10:00~12:00 PCトレーニング	13:30~15:30 PCトレーニング	9 閉館日	10 10:00~11:30 アサーション①	13:00~15:00 タッチタイピング講座②	11	14:00~15:30 言力①	12 10:30~12:00 ストレスと上手に付き合う②		13 10:00~12:00 応募書類を作成してみよう (準備編)	
15 10:00~12:00 PCトレーニング	13:30~15:30 PCトレーニング	16 閉館日	17 10:00~11:30 アサーション②	13:00~17:00 パソコンBasic講座①	18	10:30~12:00 言力②	19 10:30~12:00 ストレスと上手に付き合う③	13:00~14:30 エゴグラムを使った自己理解	20 10:00~12:00 応募書類を作成してみよう (作成編)	13:30~15:30 家族会
22 10:00~12:00 PCトレーニング	14:00~16:00 YHWチャレンジ講座	23 閉館日	24 10:00~12:00 お仕事を考えよう part 1	13:00~17:00 パソコンBasic講座②	25 10:30~12:00 PCトレーニング レベル確認テスト(エクセル)	13:00~15:00 基本のビジネスマナー①	26 10:30~12:00 ストレスと上手に付き合う④	13:00~15:00 基本のビジネスマナー②	27 10:30~12:00 自分の興味分野を知ろう(VRT)① 10:00~12:00 皆で面接練習をしてみよう	13:30~15:00 自分の職業適性を見てみよう(GATB)①
29 閉館日		30 閉館日					<p>枠線で囲ってある講座は、卒業生・現在利用者の両方が受けられるMix講座になります。 サポステ卒業生も是非、一緒にご参加ください！ ※事前申し込みが必要です。</p>		<p>2回目の予定 5/11(土) 自分の興味分野を知ろう② 10:30~12:00 自分の職業適性を見てみよう② 13:30~15:00</p>	