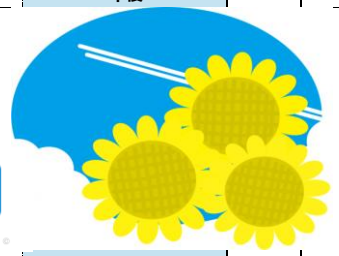
2019年8月　サポステ講座　スケジュール

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
			サポステ卒業生の方で講座受講希望の方はスタッフまでご連絡ください！ ＊事前申し込みが必要です。		1	14:00～15:30 ＹＨＷへ行こう	2 10:30～12:00 ストレスと上手に付き合う①		3	
5 10:00～12:00 PCトレーニング	13:30～15:30 PCトレーニング	6 閉館日	7 10:00～12:00 スタート　オリエンテーション	13:00～17:00 パソコンBasic講座④	8 10:00～11:30 ソーシャルスキルを学ぼう①	13:00～15:00 自分の良さを確認しよう（自己分析）	9 10:30～12:00 ストレスと上手に付き合う②	13:00～15:00 上益城地区公開講座	10 10:30～12:00 自分の興味分野を知ろう（ＶＲＴ）①	13:30～15:00 自分の職業適性を見てみよう（ＧＡＴＢ）①
12 閉館日 （振替休日）		13 閉館日	14 10:00～11:30 心理教育	13:00～17:00 パソコンBasic講座⑤	15 10:00～12:00 応募書類を作成してみよう（準備編）		16 10:30～12:00 ストレスと上手に付き合う③	13:15～14:45 リクルートWORK FIT（はじめの1歩A） 15:00～16：30 リクルートWORK FIT（はじめの1歩B）	17	13:30～15:00 家族会
19 10:00～12:00 PCトレーニング	13:30～15:30 PCトレーニング 13:00～14:30 コミュニケーションを楽しもう①	20 閉館	21 10:00～11:30 雑談上手になろう（日常編）	13:00～17:00 パソコンBasic講座⑥	22	13:00～15:00 ビジネスマナー（応用編）① 14:00～16:00 ＹＨＷチャレンジ講座	23 10:30～12:00 ストレスと上手に付き合う④	13:00～15:00 ビジネスマナー（応用編）②	24	13:30～15:30 応募書類を作成してみよう（作成編）
26 10:00～12:00 PCトレーニング	13:30～15:30 PCトレーニング 13:00～14:30 コミュニケーションを楽しもう②	27 閉館日	28 10:00～11:30 雑談上手になろう（ビジネス編）	13:00～16:00 パソコン検定試験対策講座①	29	13:00～14:30 PCトレーニング　レベル確認テスト（Excel）	30 10:30～12:00 自分の興味分野を知ろう（ＶＲＴ）②	13:30～15:00 自分の職業適性を見てみよう（ＧＡＴＢ）②	31	13:30～15:30 皆で面接の練習をしてみよう

10:00～11:30
ソーシャルスキルを学ぼう②

10:30～15:00
天草セミナー①

10:30～15:00
天草セミナー②