## 2020年7月 サポステ講座 スケジュール

F	]曜日	火曜日	水	曜日	木田	曜日	金	<b>翟日</b>	±	曜日
午前	午後		午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
6007 K1*841.*74	F. C.	L**	1	13:00〜15:00 <b>パソコンBasic講座</b> ⑦	2	14:00〜15:30 <b>Y HWへ行こう</b>		13:00〜14:30 ソーシャルスキルを 学ぼう① 0〜15:00 Zミナー①	4	13:30~15:30 日常のマナー①
	13:30~15:30 PCトレーニング 3:00~15:00 ソコンBasic講座®	7 閉館日	8 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①	9 10:30~12:00 <b>言力①</b>	14:00〜15:30 エゴグラムを使った 自己理解	10 10:00~12:00 行動への第一歩②	13:00~14:30	11	13:30~15:30 日常のマナー②
13 10:00~12:00 PCトレーニング	13:30〜15:30 <b>PCトレーニング</b>	14 閉館日	15 10:30~12:00 心理教育	13:00〜15:00 <b>タッチタイピング</b> ②		0~15:00 Zミナー②	17 10:00〜12:00 <b>行動への第一歩</b> ③	13:00〜14:30 ソーシャルスキルを 学ぼう③	18 10:00~12:00 電話対応講座 (就活編)	13:30~15:00 家族会
20 10:00〜12:00 PCトレーニング	13:30〜15:30 <b>PCトレーニング</b>	別館日		13:00〜15:00 <b>パソコンBasic講座</b> ①	23 閉館日	*1.44	24 閉館日 * ・	lo B	25 10:00~12:00 電話対応講座 (職場編)	13:30~15:30 ソーシャル ミーティング 13:30~15:30 自分を知って 仕事に就こう
27 10:00~12:00 PCトレーニング	13:30〜15:30 <b>PCトレーニング</b>	28 閉館 日	29	13:00〜15:00 <b>パソコンBasic講座</b> ②	30 10:00~12:00 生活費と働き方 (生活費編)	13:30~15:30 生活費と働き方 (働き方編) 14:00~16:00 Y HWチャレンジ講座	31 10:00〜12:00 <b>行動への第一歩</b> ④			Eの方で講座受講 アッフまでご連絡 みが必要です。

## 2020年7月 サポステ・外部講座内容のご案内

夏本番の季節がやってきま

したね。今年はコロナ対策で

マスク着用の為なおさら熱中

体調も整え、暑い夏を乗り切り

症にはお気をつけください。

りましょう!

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	<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きます。	ヤングハローワーク			
	ストレス対策バック				
行動への第一歩	自分の目標に向かって最初の一歩を踏み出したい思いはあるのになかなか具体的な行動に移せない ことはよくあることです。この講座では、参加者それぞれが「最初の一歩を踏み出したいこと=目標」を 定めた上で、「最初の一歩を踏み出す=具体的な行動を始める」ことが実現できるよう、サポートして いきます。	就活準備室			
	自己表現上達パック				
ソーシャルスキルを学ぼう <3回コース>	各テーマに沿ってグループワークを展開し、「参加型」を軸として、人との触れ合いに慣れながら、実社会で必要となる対人関係のスキルや、接客能力、聞き取る力を育成していきます。	就活準備室			
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				
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			
自分を知って仕事に就こう	ホランド理論に基づく「パーソナリティタイプカード」を用いて、働く上で自分にとって大切なことを考えます。 (定員4名)	集会場			
心理教育	自分の得意・不得意を理解して自分の特性を理解しましょう。自分の特性に合った仕事の仕方・工夫を考えてみましょう。	就活準備室			
	社会に出る準備パック				
生活費と働き方 (生活費編)	現代社会で生活していく為には、いろんなものにお金を支払わないといけません。いったい何にいくら位掛かるのか?『一人暮らし』という事をテーマに、お金の面から社会を見てみませんか?講座の最後では『二人暮らし』についても少し触れます。今流行の『シェアハウス』にも繋がるかも!? *電卓と筆記用具を持参ください。	就活準備室			
生活費と働き方(働き方編)	社会にはどんな働き方があるのか、それによって社会保険などにはどんな違いが出てくるのか、少し学んでみませんか?また、『声優』や『アニメーター』の人たちは年収がいくら位なのかも出てきますよ。講座の最後では『昇給』や『賞与』についても一緒に考えていきます。 *電卓と筆記用具を持参ください。	就活準備室			
日常のマナー <2回コース>	日ごろ、皆さんが暮らしていく中で、周りの人に迷惑をかけないようなマナーを学びます。また、皆さんが 私的に友人や先輩たちと接するマナーも学びます。日常必要なマナーを知ると意外と得したら、楽しい ことも増えますよ。一緒に、楽しく学びましょう。	就活準備室			

ሃኑ	部機	巭	講坐	案内

## ジョブカフェセミナー

7月 7日:模擬面接~本番さながらリアル面接練習~

7月 8日: ミニ企業説明会

7月 9日:面接練習~入退室をマスターしよう!~

7月10日:模擬面接~本番さながらリアル面接練習~7月16日:模擬面接~本番さながらリアル面接練習~

7月17日:模擬面接~本番さながらリアル面接練習~

7月21日:面接練習~伝え方を強化しよう!~

7月29日: ミニ企業説明会

※詳しくは別紙チラシをご覧の上、お申し込みを!



	7 73 3 M / L / M / I	
講座名	説 明	開催場所
	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すればいいの?」「どういった電話の出方、掛け方なら失礼でないのか?」などなど。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分からない」「誰が電話口に出るのか分からない」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 が分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、 <b>応募書類と筆記用具</b> 。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
	P Cスキル系	
P C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。自分の学習進度の確認、目標の見直しや再設定をしながら受講して下さい。	就活準備室
タッチタイピング講座 <2回コース>	キー入力を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 <8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。「自己流では使えるけど…」「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	
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ること、良かったこと、困って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
家族会	サポステ利用者の <b>保護者</b> 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分からない」「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
宇城セミナー <2回コース>	1日目:「自分を知ろう」・「リラクゼーション」2日目:「就職活動の基本的な流れと心構えについて」・「職業の見方について」・「ネガティブをポジティブに変える方法を知ろう」についてを凝縮して学べます。1日だけの受講も可能です。また、前後の週には出張相談会も実施予定!宇城近辺の方は是非ご参加ください。	ハローワーク 宇城

## ~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】

**T**862-0903

熊本市東区若葉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)

