

2020年9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				
 9月		1	2	13:00~15:00 パソコンBasic講座 (Excel) ④	3	13:00~14:30 コミュニケーション を楽しもう③ 14:00~15:30 Y HWへ行こう	4	10:00~12:00 ストレスと上手 に付き合う① 13:00~14:30 マネーとライフプラン 講座①	5	13:30~15:30 雑談上手になろう (日常編)				
		7	10:00~12:00 PCTトレーニング	13:30~15:30 PCTトレーニング	8	閉館日	9	10:00~12:00 スタート オリエンテーション	13:00~15:00 パソコンBasic講座 (Excel) ⑤	10	10:00~12:00 自分の価値観を 探ろう	13:00~14:30 コミュニケーション を楽しもう④	11	10:00~12:00 ストレスと上手 に付き合う② 13:00~14:30 マネーとライフプラン 講座②
14	10:00~12:00 PCTトレーニング	13:30~15:30 PCTトレーニング	15	閉館日	16	10:30~12:00 心理教育	14:00~15:30 報連相の技術	17	13:00~14:30 第一印象を 良くしよう①	18	10:00~12:00 ストレスと上手 に付き合う③ 13:30~15:30 ト・リ・セ・ツ① (基礎編)	19	10:00~12:00 働き方と生活費 (生活費編) 10:00~12:00 電話対応講座 (就活編)	13:30~15:30 働き方と生活費 (働き方編) 13:30~15:00 家族会
21	閉館日 (敬老の日) 		22	閉館日 (秋分の日)	23	10:00~11:30 アサーション①	13:00~15:00 パソコンBasic講座 (Excel) ⑥	24	13:00~14:30 第一印象を 良くしよう② 14:00~16:00 Y HWチャレンジ講座	25	10:00~12:00 ストレスと上手 に付き合う④ 13:00~15:00 パソコンBasic講座 (Excel) ⑦	26	10:00~12:00 ト・リ・セ・ツ② (応用編) 13:30~15:30 電話対応講座 (職場編)	
28	10:00~12:00 PCTトレーニング	13:30~15:30 PCTトレーニング 13:00~15:00 パソコンBasic講座 (Excel) ⑧	29	閉館日	30	10:00~11:30 アサーション②								

サポステ卒業生の方で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。