

2022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		
1		2 閉館日	3		4	13:00~14:30 リラクゼーション (ZOOM)	5 10:00~12:00 ストレスと上手に 付き合う① (ZOOM)		6			
8 10:00~12:00 PCトレーニング	13:30~15:30 P Cトレーニング 10:00~11:30 整理収納で暮らし を整えよう①	9 閉館日	10 10:00~12:00 ビジネスマナー① (ZOOM)	13:00~15:00 スタート オリエンテーション (ZOOM)	11 閉館日 山の日		12 10:00~12:00 ストレスと上手に 付き合う② (ZOOM)		13 10:00~12:00 自分の良さを 確認しよう (ZOOM)	13:00~15:00 仕事に役立つ Word ビジネス文書 ②		
15 10:00~12:00 PCトレーニング	13:30~15:30 P Cトレーニング 13:30~15:00 自分を知らう④ (ZOOM)	16 閉館日	17 13:00~14:30 コミュニケーションを 楽しもう①	13:30~15:30 ビジネスマナー② (ZOOM)	18	13:00~14:30 想いを伝える 話し方講座 14:00~15:30 Y HWへ行こう	19 10:00~12:00 ストレスと上手に 付き合う③ (ZOOM)	13:00~14:30 コミュニケーションを 楽しもう②	20 10:00~12:00 応募書類を 作成してみよう (作成編) (ZOOM)	13:00~15:00 仕事に役立つ Word ビジネス文書 ③		
22 10:00~12:00 PCトレーニング	13:30~15:30 P Cトレーニング	23 閉館日	24 13:00~14:30 整理収納で暮らし を整えよう②	14:00~16:00 応募書類を作成してみよう (準備編) (ZOOM)	25 10:00~11:30 アサーション① (ZOOM)	14:00~15:30 エゴグラムを使った 自己理解 (ZOOM) 14:00~16:00 Y HWチャレンジ講座	26 10:00~12:00 ストレスと上手に 付き合う④ (ZOOM)	13:30~15:00 俳句で学ぶ楽しい コミュニケーション 13:00~14:30 コミュニケーションを 楽しもう③	27 10:00~12:00 皆で面接練習を してみよう	14:00~16:00 ソーシャルミーティング (ZOOM)		
29 10:00~12:00 PCトレーニング	13:30~15:30 P Cトレーニング 13:30~15:00 自分を知らう⑥ (ZOOM)	30 閉館日	31 10:00~11:30 アサーション② (ZOOM)	13:00~15:00 仕事に役立つ Wordビジネス文書 ④ 13:30~15:00 睡眠教育 (ZOOM)							<div data-bbox="1668 1236 2172 1460" data-label="Text"> <p>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！ また講座受講の 위해서는 登録が必要となります ので、サポステへご相談ください。 *事前申し込みが必要です。</p> </div>	

*都合により講座の変更がある場合があります。ホームページ、受付カウンター等でお知らせしますのでご確認ください。