

2022年6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 スタート オリエンテーション	13:00~15:00 仕事に役立つ EXCEL (集計・データ活用) ①	2	13:00~15:00 働くための法律① 14:00~16:00 Y HWチャレンジ講座	3 10:00~12:00 行動への第一歩①	13:00~14:30 アサーション①	4 10:00~12:00 自分の良さを 確認しよう	13:00~14:30 働くための食育
		6 10:00~12:00 PCトレーニング	13:30~15:30 PCトレーニング	7 閉館日	8 10:00~11:30 表現力を 身につけよう①	13:30~15:00 考え方を 柔軟にしよう①	9 10:00~11:30 コグトレ	13:00~15:00 働くための法律②	10 10:00~12:00 行動への第一歩②	13:00~14:30 アサーション②
13:00~15:00 仕事に役立つEXCEL (集計・データ活用) ②			10:00~11:30 アンガーマネジメント②							
13 10:00~12:00 PCトレーニング	13:30~15:30 PCトレーニング	14 閉館日	15 10:00~11:30 表現力を 身につけよう②	13:30~15:00 考え方を 柔軟にしよう②	16 10:00~11:30 リラクゼーション (ZOOM)	13:00~14:30 第一印象を 良くしよう①	17 10:00~12:00 行動への第一歩③	13:00~15:00 仕事に役立つ EXCEL (集計・データ活用) ③ 13:00~14:30 身体をほぐそう①	18 10:00~12:00 応募書類を 作成してみよう (作成編)	13:30~15:30 雑談上手になろう② 13:30~15:00 家族会
13:30~15:00 自分の職業適性を見 てみよう (GATB) ①			10:30~12:00 自分の興味分野を 知ろう (VRT) ①							
20 10:00~12:00 PCトレーニング	13:30~15:30 PCトレーニング	21 閉館日	22 10:00~12:00 仕事に役立つ EXCEL (集計・データ活用) ④	13:30~15:00 考え方を 柔軟にしよう③	23 10:00~11:30 マネーとライフプラン 講座①	13:00~14:30 第一印象を 良くしよう②	24 10:00~12:00 行動への第一歩④	13:00~14:30 身体をほぐそう②	25 10:00~12:00 皆で面接練習を してみよう	13:30~15:30 ソーシャルミーティング (ZOOM)
27 10:00~12:00 PCトレーニング 10:30~12:00 自分の興味分野を 知ろう (VRT) ②	13:30~15:30 PCトレーニング 13:30~15:00 自分の職業適性を 見てみよう (GATB) ②	28 閉館日	29 10:00~12:00 仕事に役立つ EXCEL (集計・データ活用) ⑤	13:30~15:00 考え方を 柔軟にしよう④	30 10:00~11:30 俳句で学ぶ楽しい コミュニケーション	13:00~14:30 マネーとライフプラン 講座② 14:00~15:30 Y HWへ行こう	 <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！ また講座受講のためには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>			

*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。