

2022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	
					1				3		
						13:00~15:00 仕事に役立つ Wordビジネス文書 ⑤		2 10:30~12:00 自分の職業適性を 見てみよう (GATB) ①	13:30~15:00 自分の興味分野を 知ろう (VRT) ①	10:00~12:00 電話対応講座 (就活編)	13:30~15:30 雑談上手になろう①
5 10:00~12:00 PCトレーニング	13:30~15:30 P Cトレーニング	6 閉館日	7	13:30~15:00 考え方を 柔軟にしよう① (ZOOM)	8 10:00~11:30 コグトレ	13:00~14:30 第一印象を 良くしよう①	14:00~15:30 Y HWへ行こう	9 10:30~12:00 自分の職業適性を 見てみよう (GATB) ②	13:30~15:00 自分の興味分野を 知ろう (VRT) ②	10:00~12:00 電話対応講座 (職場編)	13:30~15:30 雑談上手になろう②
<div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 5px; width: fit-content;"> 13:00~15:00 仕事に役立つEXCEL (集計・データ活用) ① </div>				13:00~15:00 スタート オリエンテーション				13:00~14:30 コミュニケーションを 楽しもう④			
12 10:00~12:00 PCトレーニング	13:30~15:30 P Cトレーニング	13 閉館日	14 10:00~11:30 心理教育①	13:30~15:00 考え方を 柔軟にしよう② (ZOOM)	15 10:00~11:30 言力① (ZOOM)	14:00~15:30 第一印象を 良くしよう②	16 10:00~11:30 マネーとライフプラン 講座① (ZOOM)	13:00~14:30 身体をほぐそう①	17	13:30~15:00 家族会	
<div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 5px; width: fit-content;"> 13:00~15:00 仕事に役立つEXCEL (集計・データ活用) ② </div>											
19 閉館日 敬老の日		20 閉館日	21	13:30~15:00 考え方を 柔軟にしよう③ (ZOOM)	22 10:00~11:30 心理教育②	13:00~14:30 マネーとライフプラン 講座② (ZOOM)	14:00~16:00 Y HWチャレンジ講座	23 閉館日 秋分の日		24 10:00~12:00 働くためのセルフケア (ZOOM)	13:00~15:00 仕事に役立つ EXCEL (集計・データ活用) ③
<div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 5px; width: fit-content;"> 13:30~15:00 自分を知ろう! (ZOOM) </div>				<div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 5px; width: fit-content;"> 13:00~15:00 宇城公開講座 </div>							
26 10:00~12:00 PCトレーニング	13:30~15:30 P Cトレーニング	27 閉館日	28 10:00~11:30 アンガーマネジメント ①	13:30~15:00 考え方を 柔軟にしよう④ (ZOOM)	29 10:00~11:30 言力② (ZOOM)	13:00~15:00 仕事に役立つ EXCEL (集計・データ活用) ④	30 10:00~11:30 心理教育③	13:00~14:30 身体をほぐそう②	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 10px;"> 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! また講座受講の為に登録が必 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。 </div>		
<div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 5px; width: fit-content;"> 10:00~11:30 働くための食育 (ZOOM) </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。