

2025年4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		午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後			
		1		2	10:00~12:00 仕事に役立つ タッチタイピング①	3		4	13:30~15:30 ストレスと上手に 付き合い①	5	閉館日			
		7	10:00~12:00 PCTトレーニング 13:30~15:30 PCTトレーニング	8	10:00~12:00 ストレスと上手に 付き合い②	9	13:30~15:00 スタート オリエンテーション	10	13:45~15:15 YHWへ行こう	11	10:00~12:00 仕事に役立つ タッチタイピング②	13:00~15:00 働くための 法律と制度①	12	10:00~12:00 自分の良さを 確認しよう 11:00~12:00 商店街 清掃ボランティア
14	10:00~12:00 PCTトレーニング 13:30~15:30 PCTトレーニング	15		16	10:00~11:30 表現力を 身に付けよう①	13:30~15:30 日常のマナー①	17	10:00~12:00 ストレスと上手に 付き合い③	14:00~15:30 エゴグラムを使った 自己理解	18	13:00~15:00 働くための 法律と制度②	19	閉館日	
21	10:00~12:00 PCTトレーニング 13:30~15:30 PCTトレーニング	22	14:00~15:00 お仕事を知ろう NPO法人 おーさあ（介護）	23	10:00~11:30 表現力を 身につけよう②	13:30~15:30 日常のマナー②	24	10:00~12:00 ストレスと上手に 付き合い④	25		26	10:00~12:00 雑談上手になろう① 11:00~13:00 こども食堂 ボランティア <small>※こども食堂開催のため 駐車場がご利用できません</small>	13:30~15:30 ソーシャルミーティング	
28	10:00~12:00 PCTトレーニング 13:30~15:30 PCTトレーニング	29			30	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px;"> <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！ また講座受講の為に登録が必要となりますので、登録をされていない方はサポステへご相談ください。</p> <p>*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。