

2025年5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	午前	午後
		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> 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>				1		2		3	閉館日 
5 閉館日 こどもの日 		6 閉館日 		7 10:00～11:30 スタート オリエンテーション	13:30～15:30 雑談上手になろう②	8 10:00～12:00 行動への第一歩①	13:45～15:15 YHWへ行くこ	9	13:00～14:30 睡眠教育①	10 10:00～11:30 心の力をつけよう②	13:30～15:30 働くためのセルフケア
12 10:00～12:00 PCTトレーニング	13:30～15:30 PCTトレーニング	13 13:00～16:00 言力		14 10:00～11:30 心理教育①	13:30～15:30 ビジネスマナー①	15 10:00～12:00 行動への第一歩②	14:00～15:30 報連相の技術	16 10:00～11:30 整理収納で暮らしを整えよう①	13:00～14:30 睡眠教育②	17 閉館日	
19 10:00～12:00 PCTトレーニング	13:30～15:30 PCTトレーニング	20 13:00～14:30 睡眠教育③		21 13:30～15:30 電話対応講座①		22 10:00～12:00 行動への第一歩③		23 10:00～11:30 整理収納で暮らしを整えよう②	13:00～14:30 心理教育②	24 10:00～12:00 ビジネスマナー②	13:30～15:30 ソーシャル ミーティング
26 10:00～12:00 PCTトレーニング	13:30～15:30 PCTトレーニング	27 13:00～16:00 お仕事相談会 & 出張講座 北部公民館		28 ★10:00～12:00 PC講座 森都心プラザ	★13:30～15:00 伝わる体験 森都心プラザ	29 10:00～12:00 行動への第一歩④		30 10:00～11:30 心理教育③		31 閉館日	

*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。