

2025年7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
		1	★13:30～15:00 心理講座① (森都心プラザ)	2	13:00～15:00 仕事に役立つ Word③	3		4		5	閉館日
		7 10:00～12:00 PCTトレーニング 10:00～11:30 宇城セミナー①	13:30～15:30 PCTトレーニング	8		9 10:00～11:30 スタート オリエンテーション	13:00～15:00 仕事に役立つ Word④	10	13:45～15:15 YHWへ行こう	11 10:00～12:00 働くための 法律と制度① 10:00～11:30 宇城セミナー②	12 10:00～11:30 心の力を つけよう④ 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 ★10:00～12:00 PC講座 (森都心プラザ)	★13:30～15:00 心理講座② (森都心プラザ)	16 10:00～11:30 表現力を 身に付けよう①	13:00～15:00 仕事に役立つ Word⑤	17	14:00～15:30 エゴグラムを使った 自己理解	18 10:00～12:00 働くための 法律と制度②	13:30～15:30 自分の良さを 確認しよう	19	閉館日
21 		22		23 10:00～12:00 仕事に役立つ Excel①	13:30～15:30 日常のマナー①	24 10:00～12:00 働き方選びと 職業訓練	13:45～15:45 YHWチャレンジ	25 10:00～11:30 お仕事を知ろう		26 10:00～12:00 職場の困った場面 を考えよう① 11:00～13:00 こども食堂 ボランティア	13:30～15:30 職場の困った場面 を考えよう② 26日はおーさぁ こども食堂開催の ため駐車場が利用 できません。
28 10:00～12:00 PCTトレーニング	13:30～15:30 PCTトレーニング	29 10:00～11:30 対人距離感を 考えよう	11:00～16:00 お仕事相談会 & 出張講座 (北部公民館)	30 10:00～11:30 表現力を 身に付けよう②	13:30～15:30 日常のマナー②	31 10:00～12:00 仕事に役立つ Excel②		 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			

* 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。