

知っておくと安心！

働くアレコレ



単発でも参加可能ですが、連続参加がお勧めです。
連続参加することでより安心を手に入れることができます。

11月実施予定 私らしく働く

人生100年時代、あなたはどんなことを大切に働きたいですか？
簡単なワークを通してキャリアについて考えます。

11月実施予定 身だしなみ・立ち振るまい

身だしなみ・立ふるまいについて学びます。特に印象アップに
繋がるポイントをお伝えします。面接対策にもバッチリです。

11月実施予定 会話のコツ

言いにくいこと、聞きにくいことを伝えるときどうしたら
いいんだろう…？そんなときに役立つマジックフレーズ。
会話力が身につきます。

11月実施予定 電話のマナー

日常よく使われる敬語について紹介します。また、仕事に
活かせる電話のマナーを実際の場面を想定してロール
プレイを行います。

10/2(月) 13:30-15:30 ビジネス文書とメール

ビジネス文章にはおおよそのフォームがあります。フォームを
理解すれば文章を作成ができるように！メールの仕組みや
作成のポイントもお伝えします。

10/12(木) 13:30-15:30 報告・連絡・相談

職場内コミュニケーションに必要な報告・連絡・相談について
学びます。実際の場面を想定したロールプレイを通して体験
してみましょう。

10/17(火) 13:30-15:30 コミュニケーション

コミュニケーションに不安がある、上手く自己表現ができない…。
自分をきちんと伝え相手も大切にすることができるようになる
スキルを学びます。

10/23(月) 13:30-15:30 お仕事探しのヒント

仕事を探すために必要ことはなんだろう…？いくつかのヒントを
紹介し、実際にお仕事に就いた卒業生や企業の方にお越し
いただきお話を伺います。

お
申
込

この講座参加にはサボステの利用登録が必要です。
まずは、初回相談をご予約いただき登録をお願いします。

<対面相談をご希望の方>

お電話にて「初回相談を予約したい」とお伝えください。

TEL：042-444-7975

対
象

サボステをご利用いただけるのは、
15～49歳の就労（アルバイト含む）、就学していない方です。

<オンライン相談をご希望の方>

右記のQRコードを読み取り、
ご希望の日時を選択のうえご予約ください。



ちょうふ若者サポートステーション
TEL：042-444-7975

〒182-0022 東京都調布市国領町2-5-15 コクティ 2F
調布市市民プラザあくろす多目的室
オープン ● 10:00～18:00（受付は17:00まで）
休館日 ● 水・日・祝日（施設休館日・年末年始）

ホームページ



公式LINE
@qka5207y

