

利用無料

# ちょうふ若者サポートステーション

## 8月スケジュール

日	月	火	水	木	金	土
				1 東京ミドルワーク チャレンジ説明会 13:30~15:30	2 Word基礎講座① 10:00~15:00	3 Word基礎講座② 10:00~15:00 サポステ説明会 13:30~15:00
4 お休み	5 職業適性検査 10:00~12:00 知っておくと安心! 「働く」アレコレ ビジネス文書と メール 13:30~15:30	6 Excel体験セミナー 10:00~12:00 PowerPoint 体験セミナー 13:30~15:30	7 お休み	8 パソコン講座 説明会 10:00~12:00 	9 就職に役立つ 面接対策講座① 10:00~12:00 Word活用講座 13:30~16:30	10 サポステ説明会 10:00~11:30 リフレーミング 講座 13:30~15:00
11 山の日	12 振替休日	13	14 お休み	15 	16 Excel基礎講座① 10:00~16:00	17 Excel基礎講座② 10:00~15:00 サポステ説明会 10:00~11:30 ITもくもく会 @オンライン 13:30~15:30
18 お休み	19 施設休館日	20 就活お作法 ~履歴書編~ 10:00~12:00 知っておくと安心! 「働く」アレコレ 報告・連絡・相談 13:30~15:30	21 お休み	22 パソコン講座 説明会 10:00~12:00 	23 Excel活用講座 10:00~16:00 	24 パソコン講座 説明会 10:00~12:00 
25 お休み	26 職業適性検査 10:00~12:00 知っておくと安心! 「働く」アレコレ コミュニケーション 13:30~15:30	27 就職に役立つ 面接対策講座② 10:00~12:00 サポステ説明会 (オンライン) 13:30~15:00 ChatGPTと 志望動機を作ろう 13:30~15:30	28 お休み	29 就活お作法 ~職務経歴書編~ 10:00~12:00 知っておくと安心! 「働く」アレコレ お仕事探しの ヒント 13:30~15:30 	30 PowerPoint 基礎講座(ITしごと ガイダンス) 10:00~16:00 	31 

※ご利用には登録が必要なので、Webまたはお電話より初回相談にお申込みください。→  
 ※上記日程は予約人数や施設予約状況により、変更される可能性があります。

☎ 042-444-7975

ちょうふサポステ

東京都調布市国領町2-5-15 オープン●10時~18時(受付は17時まで)  
 コクティ-2F(多目的室) 休館日●水・日・祝・第3月曜日(※)・年末年始  
 (京王線国領駅北口より徒歩1分) ※祝日にあたる場合は、翌日もお休みとなります

初回相談  
申し込み



公式  
LINE

@qka5207y



# ／ サポステがあなたの一步を踏み出すお手伝いをします ／

15～49歳の  
“はたらく”に悩む方 …  
(在学・就労中を除く)

1

初回相談  
サポステ登録

2

個別相談  
セミナー参加

## パソコンスキル

### Excel体験講座



登録なしのお試し講座！今さら聞けない、Excelのしくみ(データと計算式)を学びます。サポステの利用や、パソコン講座の受講を考えている方におススメです。

### パソコン講座



人気

Microsoft Office2019のWord・Excel・PowerPointの基礎が身につきます。面接官の「パソコンできる？」の質問に自信を持って答えられるようになります。

まずは「パソコン講座説明会」に申し込み！

## 就活スキル

### 職業適性検査



自分の「興味のあること」「自信のあること」「対人関係の考え方の特徴」などがわかります。自分の特徴や向いている仕事の方向性を知り、自信を持って就職活動へ！

### 就活お作法

～履歴書・職務経歴書～



応募書類には書き方にルールがあることをご存知ですか？職歴がない、ブランクがあるなどお悩みの方に、「ちょうふサポステ流 書類作成お作法」をお伝えします！

### 面接対策講座



採用面接で面接官が注目しているポイントや質問の意図を解説！仕事経験、雇用形態に関わらず、面接で何を答えれば良いのかをお伝えします。

### 知っておくと安心！ 「働く」アレコレ



「働く」うえでのマナーや振る舞いに不安を感じている方向けの講座です。自分のライフスタイルと仕事を考えるキャリア編から、電話マナー編など、「働く」に役立つ全8回の講座です。どの回からでもご参加いただけます。



この他にも毎月セミナーをご用意しているので、まずは初回相談をご予約ください。

初回相談  
申し込み



☎ 042-444-7975

(水・日・祝日・第3月を除く10時～17時)