



ちょうふ若者サポートステーション

2025年1月スケジュール



日	月	火	水	木	金	土
			1 元日	2 お休み	3 お休み	4 お休み
5 お休み	6 	7 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 MOS説明会 13:30~15:30	8 お休み	9 Word基礎講座① 10:00~15:00 	10 パソコン講座 説明会 10:00~12:00 ワークスタート 体験会 13:30~15:30	11 サポステ説明会 10:00~11:30 Word基礎講座② 10:00~15:00 【未登録OK!】 ITもくもく会 @オンライン 13:30~15:30
12 お休み	13 成人の日	14 職場見学に 行ってみよう! 10:00~17:00 知っておくと安心! 「働く」アレコレ 報告・連絡・相談 13:30~15:30	15 お休み	16 Excel基礎講座① 10:00~16:00 就活お作法 ~履歴書編~ 10:00~12:00	17 MOS対策講座① 10:00~15:00 就職に役立つ 面接対策講座① 10:00~12:00	18 パソコン講座 説明会 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 サポステ同窓会 13:30~15:30
19 お休み	20 施設休館日 	21 サポステ説明会 10:00~11:30 MOS対策講座② 10:00~15:00 就活お作法 ~職務経歴書編~ 13:30~15:30	22 お休み	23 Excel基礎講座② 10:00~15:00 	24 パソコン講座 説明会 10:00~12:00 	25 リフレーミング 講座 10:00~11:30 サポステ説明会 13:30~15:00
26 お休み	27 職業適性検査 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	28 MOS対策講座③ 10:00~15:00 就職に役立つ 面接対策講座② 10:00~12:00 【未登録OK!】 ChatGPTと 志望動機を作ろう 13:30~15:30	29 お休み	30 PowerPoint 基礎講座(ITしごと ガイダンス) 10:00~16:00 サポステ説明会 (オンライン) 10:00~11:30	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

2025年1月は
実施していません

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すすめです。

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)