



# ちょうふ若者サポートステーション

## 2025年2月スケジュール



日	月	火	水	木	金	土
						1 サポステ説明会 10:00~11:30
2 お休み	3 知っておくと安心! 「働く」アレコレ 私らしく働く 13:30~15:30	4 	5 お休み	6 パソコン講座 説明会 10:00~12:00  就活お作法① ~履歴書編~ 13:30~15:30	7 リフレーミング 講座 10:00~11:30  就職に役立つ 面接対策講座① 13:30~15:30	8 Word基礎講座① 10:00~15:00  サポステ説明会 10:00~11:30
9 お休み	10 職業適性検査 10:00~12:00  知っておくと安心! 「働く」アレコレ 身だしなみ・ 立ち振る舞い 13:30~15:30	11 建国記念の日	12 お休み	13 Word基礎講座② 10:00~15:00	14 【未登録OK!】 Excel体験セミナー 10:00~12:00  Word活用講座 13:30~16:30	15 Excel基礎講座① 10:00~15:00 パソコン講座 説明会 10:00~12:00  【未登録OK!】 ITもくもく会 @オンライン 13:30~15:30
16 お休み	17 施設休館日	18 【未登録OK!】 PowerPoint 体験セミナー 10:00~12:00  知っておくと安心! 「働く」アレコレ 会話のコツ 13:30~15:30	19 お休み	20 Excel基礎講座② 10:00~16:00 サポステ説明会 (オンライン) 10:00~11:30 就活お作法② ~職務経歴書編~ 13:30~15:30	21 パソコン講座 説明会 10:00~12:00  就職に役立つ 面接対策講座② 13:30~15:30	22 Excel活用講座 10:00~16:00  サポステ説明会 13:30~15:00
23 天皇誕生日	24 振替休日	25 職業適性検査 10:00~12:00  知っておくと安心! 「働く」アレコレ 電話のマナー 13:30~15:30	26 お休み	27 PowerPoint 基礎講座(ITしごと ガイダンス) 10:00~16:00  【未登録OK!】 AIにキャリアの ことを聞いてみよう! 13:30~15:30	28 ホンキの面接 13:30~16:30	

※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)