



2021 年 6月

開講スケジュール

無料

日		月		火		水		木		金		土	
30		31		1		2		3		4		5	
						休館日 		履歴書講座 10:00~11:30		コミュニケーション講座① 10:00~11:30		社会人講座① 10:00~11:30	
								PC講座 WEP基礎木曜コース① 13:00~17:00		居心地のよい環境をつくる講座① 13:30~15:00		サポステ説明会 13:30~14:30	
6		7		8		9		10		11		12	
休館日 		PC講座説明会 10:00~11:00		プチ仕事体験(清掃) 10:00~12:00		休館日 		職務経歴書講座 10:00~11:30		コミュニケーション講座② 10:00~11:30		社会人講座② 10:00~11:30	
		PC講座 WEP基礎月曜コース⑥ 13:00~17:00						PC講座 WEP基礎木曜コース② 13:00~17:00		居心地のよい環境をつくる講座② 13:30~15:00		サポステ説明会 13:30~14:30	
13		14		15		16		17		18		19	
休館日 		PC講座 WEP基礎月曜コース⑥ 13:00~17:00		Wordで作る 応募書類作成コーナー 13:00~17:00		休館日 		添え状作成講座 10:00~11:00		コミュニケーション講座③ 10:00~11:30		社会人講座③ 10:00~11:30	
								PC講座 WEP基礎木曜コース③ 13:00~17:00		居心地のよい環境をつくる講座③ 13:30~15:00		サポステ説明会 13:30~14:30	
20		21		22		23		24		25		26	
休館日 		PC講座説明会 10:00~11:00		プチ仕事体験(清掃) 10:00~12:00		休館日		PC講座 WEP基礎木曜コース④ 13:00~17:00		職業適性セミナー 13:30~16:00		オンライン テーマトーク 10:00~12:00	
		PC講座振月曜コース 返り面談		プログラミングを 学ぼう ※午後で調整中								Excel体験セミナー &PC講座説明会 13:00~16:00	
27		28		29		30		1		2		3	
休館日 		PC講座 WEP基礎月曜コース① 13:00~17:00		プチ仕事体験 ~サポステお手伝い~ 10:00~11:30		休館日							

お問い合わせ先

厚生労働省委託事業ー若者の職業的自立を応援ー  
**たちかわ若者サポートステーション**

東京都立川市高松町2-9-22 生活館ビル3階  
(JR立川駅 北口より徒歩15分)

**042-529-3378** (休館日:水・日・祝)

スケジュールはホームページでもご覧いただけます。



ご利用対象

- 就労を目指す15~49歳の方
- 在学していない方(通信制含む)  
就労していない方(アルバイト含む)

たちかわサポステで相談してみませんか?

まずは、お電話でご予約ください。



**サポステ**  
地域若者サポートステーション

# 各種講座・セミナーのご紹介



## コミュニケーション講座（全3回）

コミュニケーション力をUPしたい方におすすめ。  
グループワークを通して、いろいろな人と話をしてみよう！



## 社会人講座（全3回）

働くために必要な仕事のマナーを身につけます。  
敬語の使い方や、仕事応募先への電話の掛け方、  
名刺の受け渡し方など働くために知っておくことが満載です！



## 社会人講座 上級編（全2回）

初級編の内容を復習しながら、  
さらにもう一步自信を持って使えるようなマナーや  
言葉遣いを身につけていきます！



## 職業適性セミナー

自分の得意なことは何か？自分が好きなことがどんな仕事と関係するのか？  
職業適性検査で自分の適性を探ってみましょう。



## 自分でできる！居心地のよい環境をつくる講座（全3回）

あなたは、「周囲の人とうまく関わりたい。嫌な思いをしたくない。」「自分の生き方は自分で選択して、自分の道を生きていきたい。」と思いませんか。  
この3回の講座を通して、日常生活の場面から仕事の場面まで、自分らしく振舞える居心地のよい時間・空間の作り方を一緒に考えて行きましょう。



## パソコン講座

PCできる？って聞かれたときに困らないように、Officeの基礎を身につけよう！  
受講希望の方は、まず説明会に参加してください。



## プチ仕事体験

仕事って実際どんな感じ？仕事経験がない方はまずはいろいろ体験してみてもいい。  
頭で考えるよりも実際に体を動かしてみて、あなたの強みや良いところを見つけてみましょう。意外な発見があるかもしれません！



## 職場体験・インターン

実際に「働く」を現場に行き  
て体験してみましょう。就労し  
てやっていけるか試したい。  
どんな職種か試してみたい。  
経験を通して働く自信と仕事  
理解につなげましょう！職種  
などの詳細はスタッフまで！

## 短期バックプログラム

就職までの道のりがわからない。そ  
んなかたにお勧め！ジョブトレー  
ニング、各種セミナー、仕事体験  
インターンがセットになった、まるっ  
とお任せコース。仲間と一緒に就職  
を目指そう！開催時期、プログラム  
詳細はスタッフまで！