

日		月		火		水		木		金		土	
26		27		28		29		30		1		2	
休館日		PC講座 プレトレーニング 10:00~12:00(入替制)		★(未)プチ仕事体験 ~サボステお手伝い①~ 10:00~12:00		休館日		コミュニケーション入門 (お絵描き伝言ゲーム) 13:30~15:00		居心地のよい環境をつくる講座② 10:00~11:30		★(未)サボステ説明会 個別相談会 10:00~12:00	
休館日		プチ仕事体験 (データ入力) 10:00~12:00		★(未)サボステ説明会 個別相談会 10:00~12:00		休館日		★(未)Wordで作る 応募書類作成コーナー 10:00~12:00		居心地のよい環境をつくる講座③ 10:00~11:30		社会人講座③ 13:30~15:00	
休館日		PC講座説明会 13:30~14:30		面接練習 14:30~17:00		休館日		PC講座 プレトレーニング 10:00~12:00(入替制)		バグトレ 13:15~15:00		★(未)サボステ説明会 個別相談会 10:00~12:00	
休館日		海の日 休館日		オンライン テーマトーク 15:30~17:00		休館日		PC講座説明会 13:30~14:30		★(未)志望動機を作ろう! 10:00~11:30		プチ仕事体験 ~サボステ清掃~ 10:00~11:00	
休館日		PC講座 プレトレーニング 11:00~12:00(入替制)		就活体験談 (職業人講話) 10:00~11:30 *日時変更の可能性がります		休館日		★(未)Wordで作る 応募書類作成コーナー 13:30~15:30					
休館日		プチ仕事体験 (データ入力) 13:30~15:30		はじめの一步A 13:30~15:00		休館日							

休館日

★(未)：サボステ未登録の方もご参加いただける講座です。未登録の方が講座に参加できるのは、お1人1回までとなります。

お問い合わせ先

厚生労働省委託事業—若者の職業的自立を応援

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)

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)

たちかわサボ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。



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といことが満載です！



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・空間のつくり方を一緒に考えて行きましょう。



履歴書・職務経歴書・自己紹介書作成講座・Wordで作る応募書類コーナー

応募書類募書類の書き方のルールを知りましょう！
応募したいけど書類の書き方がわからない方や、アルバイト経験しかない、プランクがあって書き方に不安のある方におすすめの講座です。
アルバイト応募と正社員応募の違いもお伝えします。後日、実際に応募書類を作るための時間も用意しています。



面接練習会

面接を控えている方、面接の練習を重ねて自信をつけたい方におすすめです。
履歴書や職務経歴書（自己紹介書）を持参していただき、本番をイメージして練習します。苦手な質問対策も一緒に考えます。オンラインでの面接練習会も行っています！



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

まずはいろいろ体験してみたいあなたへ。
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」を現場に行って体験してみましょう。就労してやっつけられるか試したい。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！



短期パックプログラム

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！