

2022

年



開講スケジュール



日		月		火		水		木		金		土			
28		29		30		31		1		2		3			
				PC講座 プレトレーニング 10:00~12:00(入替制)				居心地のよい 環境をつくる講座① 10:00~11:30				★(未)サポステ説明会 個別相談会 10:00~12:00			
				★(未)IT系の仕事について 知ろう ~パソコンを使った仕事ってど んなものがあるの?~ 13:30~15:30				①履歴書作成講座 13:30~15:00				社会人講座① 15:30~17:00			
4		5		6		7		8		9		10			
休館日		プチ仕事体験 (データ入力) 10:00~12:00		★(未)サポステ説明会 個別相談会 10:00~12:00		休館日		★(未)プチ仕事体験 サポステお手伝い ~庶務編~ 10:00~12:00		居心地のよい 環境をつくる講座② 10:00~11:30					
		PC講座説明会 13:30~14:30		面接練習 14:30~17:00				コミュニケーション入門~ お絵描き伝言ゲーム~ 13:30~15:00		②志望動機作成講座 13:30~15:00					
11		12		13		14		15		16		17			
休館日		★(未)就活プチっと勉強会① ~働き方の違いを知ろう~ 10:00~11:30		★(未)サポステ説明会 個別相談会 10:00~12:00		休館日				居心地のよい 環境をつくる講座③ 10:00~11:30		★(未)Wordで作る 応募書類作成コーナー 10:00~12:00			
		応募活動の時間 13:30~15:30		プチ仕事体験 ~おすすめ講座 ポスター作成~ 15:30~17:00				プチ仕事体験 (データ入力) 13:30~15:30		③職務経歴書+ 自己紹介書作成講座 13:30~15:00		社会人講座② 15:30~17:00			
18		19		20		21		22		23		24			
休館日		 敬老の日 休館日		★(未)サポステ説明会 個別相談会 10:00~12:00		休館日		★(未)就活プチっと勉強会② ~求人探し方~ 10:00~11:30		 秋分の日 休館日		プチ仕事体験 ~サポステ清掃~ 10:00~11:00			
				オンライン テーマトーク 15:30~17:00				プチ仕事体験 カレンダーを作ろう 13:30~15:30				社会人講座③ 15:30~17:00			
25		26		27		28		29		30		1			
休館日				★(未)職業人講話 ~事務のお仕事編~ 10:00~12:00		休館日		PC講座 プレトレーニング 10:00~12:00(入替制)							
		PC講座説明会 13:30~14:30		はじめの一步A 13:30~15:00				適性セミナー 13:30~16:30終了予定		ハグトレ 13:15~15:00					

お問い合わせ先

厚生労働省委託事業一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)

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。



★(未): サポ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。

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、ブ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」を現場に行ってみよう。就労してやってみるか試したい。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よう！
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。そんなあなたにお勧め！
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！