

配布用

2023

年



開講スケジュール

無料

日		月		火		水		木		金		土	
27		28		29		30	休館日	31		1		2	
<p>●講座についてのご案内</p> <p>①★印は未登録者も参加可能。(未登録の方の講座参加はお1人1回まで)</p> <p>②★印講座は未登録者向け サボステ利用説明の時間を含みます (講座90分+サボステ説明30分。既にサボステご利用中の方は90分で終了)</p> <p>③※印はご利用検討の方向け説明会です。説明後に個別でお話をお伺いします</p>										<p>コミュニケーション講座① 10:00~11:30</p>	<p>※サボステ説明会 個別相談会 10:00~12:00</p>		
										<p>応募書類の作り方講座① (履歴書・志望動機編) 13:30~15:30</p>	<p>社会人講座① 13:30~15:00</p>		
3		4		5		6		7		8		9	
休館日				<p>★(未)サボステお手伝い ＜書類の発送作業＞ 10:00~12:00</p>		休館日				<p>コミュニケーション講座② 10:00~11:30</p>		<p>※サボステ説明会 個別相談会 10:00~12:00</p>	
				<p>★(未)Excel体験講座 13:30~15:30</p>				<p>★(未)就活プチっ勉強会 ＜求人探し方＞ 13:30~15:00</p>		<p>応募書類の作り方講座② (職務経歴書・自己紹介書・自己PR編) 13:30~15:30</p>		<p>社会人講座② 13:30~15:00</p>	
10		11		12		13		14		15		16	
休館日		<p>IT系の仕事を知らう 10:00~11:30</p>		<p>身につけよう! ＜強みを言葉にするチカラ＞ 10:00~11:30</p>		休館日		<p>PC講座 プレトレーニング 10:00~12:00(入替制)</p>		<p>コミュニケーション講座③ 10:00~11:30</p>		<p>★(未) 時間管理のコツ 10:00~12:00</p>	
		<p>PC講座説明会 13:30~14:30</p>		<p>面接練習 14:30~17:00</p>				<p>PC講座 プログラミング超入門 13:30~15:30</p>		<p>しごと体験 マッチングフェア 13:30~15:30</p>		<p>社会人講座③ 13:30~15:00</p>	
17		18		19		20		21		22		23	
休館日		<p>敬老の日 休館日</p>		<p>※サボステ説明会 個別相談会 10:00~12:00</p>		休館日		<p>★(未)就活プチっ勉強会 ＜仕事理解のやり方＞ 10:00~11:30</p>		<p>生活リズムの整え方 10:00~12:00</p>		<p>秋分の日 休館日</p>	
										<p>プチ仕事体験 ＜ゲームテスター＞ 13:15~15:00</p>			
24		25		26		27		28		29		30	
休館日				<p>★(未) プチ仕事体験 ＜サボステ清掃＞ 10:00~11:00</p>		休館日		<p>PC講座 プレトレーニング 10:00~12:00(入替制)</p>				<p>※サボステ説明会 個別相談会 10:00~12:00</p>	
		<p>お金の流れを知らう! ＜経理事務入門＞ 13:30~15:30</p>		<p>動画で考える 職場での振る舞いワーク 13:30~15:50</p>				<p>PC講座説明会 13:30~14:30</p>					

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  
**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。



公式LINE  
@306iskhh



# あなたに合った一歩をサポステで踏み出そう！

## 働く準備



### 心と身体を整える

ストレス対処や、生活リズムを正しく整え、心と身体を健やかにしましょう。

### プチしごと体験

サポステ内でデータ入力や封入作業をして、仕事のイメージを膨らませよう。

### コミュニケーション

苦手意識のある方がたくさんいます。みんなで少しずつ練習しよう。



## スキル習得



### ビジネススキル

職場での言葉遣いや電話のかけ方、名刺交換などの基本スキルを学ぼう。

### パソコンスキル

ワード、エクセル、パワーポイントはできると便利！  
面接でパソコン使えますか？と聞かれたとき  
自信をもって答えられるようにしよう。



## 就活対策

### 応募書類・面接対策

就活で避けては通れない書類と面接。  
書類の書き方にはコツを抑えれば大丈夫。  
面接はスタッフを相手に何度も練習しよう。

### 就活勉強会

求人ってどうやって探すの？  
世の中にはどんな仕事があるの？ など  
就活の知識を学んで応募への不安をなくそう！

