

配布用

2024

年



開講スケジュール

無料

日		月		火		水		木		金		土	
28	29	30	31	休館日		1		2		3			
●講座についてのご案内 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) 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) 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。						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作る講座 ① 10:00~11:30		※サボステ説明会 個別相談会 10:00~12:00			
						PC講座 WEP基礎コース① 13:00~17:00		応募書類の作り方講座① (履歴書・志望動機編) 13:30~15:30		社会人講座① 13:30~15:00			
4	5	6	7	休館日		8		9		10			
休館日		IT系の仕事を知らう 10:00~11:30		★(未)サボステお手伝い ＜書類の発送作業＞ 10:00~12:00		休館日		居心地のよい環境を作る講座 ② 10:00~11:30		※サボステ説明会 個別相談会 10:00~12:00			
		PC講座 WEP基礎コース② 13:00~17:00		身につけよう! ～伝えるチカラ～ 13:30~15:00				PC講座 WEP基礎コース③ 13:00~17:00		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		社会人講座② 13:30~15:00	
11	12	建国記念日		13		14		15		16		17	
休館日		休館日 建国記念日		★(未)就活プチっと勉強会 ＜仕事理解のやり方＞ 13:30~15:30		休館日		プチ仕事体験 ＜ビジネス文書作成＞ 10:00~12:00		居心地のよい環境を作る講座 ③ 10:00~11:30		★(未)就活プチっと勉強会 ＜いろいろな働き方を知らう＞ 10:00~12:00	
								PC講座 WEP基礎コース④ 13:00~17:00		ストレスマネジメント 13:30~15:30		社会人講座③ 13:30~15:00	
18	19	20	21	22		23	天皇誕生日		24				
休館日		プチ仕事体験 ＜データ入力＞ 10:00~12:00		※サボステ説明会 個別相談会 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)		休館日		★(未)プチ仕事体験 ～サボステ清掃～ 10:00~11:00	
		PC講座 WEP基礎コース⑤ 13:00~17:00		面接練習 14:30~17:00				PC講座 WEP基礎コース⑥ 13:00~17:00				★(未)就活プチっと勉強会 ＜求人探し方＞ 13:30~15:30	
25	26	27	28	29		1		2					
休館日		お金の流れを知らう! ＜経理事務入門＞ 13:30~15:30		※サボステ説明会 個別相談会 10:00~12:00		休館日		動画で考える 職場での振る舞いワーク 13:30~15:30					
		メールのキホン 13:30~15:30											

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)

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



サポステ
地域若者サポートステーション

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！

