

配布用

2024

年

8月

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。								IT系の仕事を知ろう 10:00~11:30		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	
								プチ仕事体験 <データ入力> 13:30~15:30		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		8		9		10	
休館日		PC講座 WEP基礎コース① 13:00~17:00		★(未)サボステお手伝い <書類の発送作業> 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)		居心地のよい環境を作る講座② 10:00~11:30		★(未)就活プチっと勉強会 <求人探し方> 10:00~12:00	
				目指せ！断り上手 13:30~15:00				PC講座 WEP基礎コース② 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		ゲームで楽しく コミュニケーション 13:30~15:30	
11		12	山の日	13		14		15		16		17	
休館日		休館日		※サボステ説明会 個別相談会 10:00~12:00		休館日				居心地のよい環境を作る講座③ 10:00~11:30		※サボステ説明会 個別相談会 10:00~12:00	
				★(未)就活プチっと勉強会 <面接超入門-準備と対策-> 13:30~15:30				就活力向上！ <分かりやすく伝える練習> 13:30~15:00		メールのキホン 13:30~15:30		社会人講座② 13:30~15:00	
18		19		20		21		22		23		24	
休館日		PC講座 プレトレーニング 10:00~12:00(入替制)		★(未)時間管理のキホン 10:00~12:00		休館日				動画で考える 職場での振る舞いワーク 10:00~12:00		※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③ 13:00~17:00		面接練習 <本番目前！実践編> 14:30~17:00				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	
25		26		27		28		29		30		31	
休館日		PC講座 WEP基礎コース⑤ 13:00~17:00				休館日		プチ仕事体験 <ビジネス文書作成> 10:00~12:00				★(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⑥ 13:00~17:00		★(未)就活プチっと勉強会 <仕事理解のやり方> 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。
<http://www.sodateage.net/yss/tachikawa/>



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



サボステ
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！

