

配布用

2025

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
●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。					コミュニケーション講座① 10:30~12:00	※サボステ説明会 個別相談会 10:00~12:00
3	4	5	6	7	8	9
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 目指せ!聞き上手 13:30~15:00	休館日	PC講座 プレトレーニング 10:00~12:00(入替制) PC講座 WEP基礎コース② 13:00~17:00	コミュニケーション講座② 10:30~12:00 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	★(未)仕事を知らう! 接客業って何?> 13:30~15:30
10	11 山の日	12	13	14	15	16
休館日	休館日	※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 接客超入門-準備と対策-> 13:30~15:30	休館日	就活力向上! <分かりやすく伝える練習> 10:00~11:30	コミュニケーション講座③ 10:30~12:00 メールのキホン 13:30~15:30	★(未)就活プチっと勉強会 仕事理解のやり方> 10:00~12:00 社会人講座② 13:30~15:00
17	18	19	20	21	22	23
休館日	仕事を知らう! <[パソコン]を使う仕事って?> 10:00~11:30 PC講座 WEP基礎コース③ 13:00~17:00	★(未)プチ仕事体験 清掃+作業報告書の作成> 10:00~12:00 面接練習 <本番目前!実践編> 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) PC講座 WEP基礎コース④ 13:00~17:00	動画を見ながら考えよう! 職場のコミュニケーション> 10:00~12:00 生活リズムの整え方 13:30~15:30	※サボステ説明会 個別相談会 10:00~12:00 社会人講座③ 13:30~15:00
24	25	26	27	28	29	30
休館日	プチ仕事体験 <データ入力> 10:00~12:00 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 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> 10:00~12:00	※サボステ説明会 個別相談会 10:00~12:00 ゲームで楽しく コミュニケーション 13:30~15:30

お問い合わせ先

ご利用対象

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)

- 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。



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/>



公式LINE
 @306iskhh



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！

