配布用

2025



# 開講スケジュール 無料



[	3		月		火		水		木		金		±
27		28		29		30	休館日	31		1		2	
<ul><li>●講座についてのご案内</li><li>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)</li><li>②★印講座は未登録者向け サポステ利用説明の時間を含みます</li></ul>											※サポステ説明会 個別相談会 10:00~12:00		
(講座90分+サポステ説明30分。 <u>既にサポステご利用</u> ③※印はご利用検討の方向け説明会です。説明後に個別で							<u>中の方は90分で終了</u> ) 『お話をお伺いします。			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	
3		4		5		6		7		8		9	
休館日				★(未) サポステお手伝い <書類の発送作業> 10:00~12:00		休!	休館日		PC講座 プレトレーニング :00〜12:00(入着制)	コミュニケーション講座② 10:30~12:00			
Nixe		PC講座 WEP基礎コース① 13:00~17:00		目指せ!聞き上手 13:30~15:00					PC講座 /EP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		★(未)仕事を知ろう! 〈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		※サポステ説明会 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		休	休館日			コミュニケーション講座③ 10:30~12:00		<仕	就活プチっと勉強会 事理解のやり方> O:OO~12:OO
									就活力向上! りやすく伝える練習> 10:00~11:30	メールのキホン 13:30~15:30			社会人講座② 3:30~15:00
17		18		19		20		21		22		23	
休館日		仕事を知ろう! 〈[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		く清掃・	(未) プチ仕事体験 +作業報告書の作成> 10:00~12:00	休1	休館日		PC講座 プレトレーニング ::OO〜12:OO(人替制)	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			サポステ説明会 個別相談会 O:00~12:00
				面接練習 <本番目前!実践編> 14:30~17:00					PC講座 /EP基礎コース④ 13:00~17:00	生活リズムの整え方 13:30~15:30		社会人購座③ 13:30~15:00	
24		25		26		27		28		29		30	
<i>l</i> ★4	館日	プチ仕事体験 <データ入力> 10:00~12:00		<b>1</b>	休館日		プチ仕事体験 <ビジネス文書作成> 10:00~12:00		★(未)就活プチっと勉強会 <求人の探し方> 10:00~12:00		※サポステ説明会 個別相談会 10:00~12:00		
PI-MOLD		PC講座 WEP基礎コース⑤ 13:00~17:00					, PKI	PC講座 WEP基礎コース⑥ 13:00~17:00			_=	プームで楽しく ミュニケーション 3:30~15:30	
		•	•	•				•	•				

#### 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 東京都北川町園福町よ - --(JR立川駅 北口より徒歩15分)

**△** 042-529-3378 (休館日:水·日·祝)

#### 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?





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





#### 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。



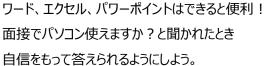
### スキル習得



### 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









### 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!



