配布用



# 開講スケジュール 無料



В	月	火	水	木	金	土
30	1	2	3	4	5	6
休館日			休館日		コミュニケーション講座① 10:30~12:00	※サポステ説明会 個別相談会 10:00~12:00
4	★(未) プチ仕事体験 <清掃十作業報告書の作成> 13:30~15:30	★(未)サポステお手伝い <書類の発送作業> 13:30~15:30	,,,,,,	就活準備の第一歩! 〈自分の強み 発見ワーク〉 13:30~15:00	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
7	8	9	10	11	12	13
休館日	PC講座 ブレトレーニング 10:00~12:00(入替制)	★(未)就活プチっと勉強会 <面接超入門 -準備と対策-> 10:00~12:00	休館日	仕事を知ろう! <[パソコン]を使うって?> 10:00~11:30	コミュニケーション講座② 10:30~12:00	※サポステ説明会 個別相談会 10:00~12:00
W #6 []	PC講座 WEP基礎コース① 13:00~17:00	目指せ!自己肯定感アップ 〈アートde工作〉 13:30~15:00	N. 16 □	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	社会人講座② 13:30~15:00
14	15	16	17	18	19	20
休館日	プチ仕事体験 <データ入力> 10:00~12:00	★(未)就活プチっと勉強会 <仕事理解のやり方> 10:00~12:00	休館日	プチ仕事体験 <ビジネス文書作成> 1000~12:00	コミュニケーション講座③ 10:30~12:00	※サポステ説明会 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	不安と緊張との 上手な付き合い方 13:30~15:30	社会人講座③ 13:30~15:00
21	22	23	24	25	26	27
休館日			休館日	PC講座 プレトレーニング 10:00~12:00(入替制)	メールのキホン 10:00~12:00	体館日
	PC講座 WEP基礎コース⑤ 13:00~17:00	★(未)就活プチっと勉強会 〈求人の探し方〉 13:30~15:30	N. WO	PC講座 WEP基礎コース⑥ 13:00~17:00	★(未)就活プチっと勉強会 〈求人情報ってどう見るの?〉 13:30~15:30	
28	29	30	31	1	2	3
<u> </u>	· · ·	· 8 🔥	●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は、サポステ利用説明の時間を含みます。			
休館日	休館日 休館日 休館日 (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) (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) (場所では10分では10分では10分では10分では10分では10分では10分では10分					

#### 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 果泉部北川川岡河本の上 (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)

#¥

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/







#### 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。



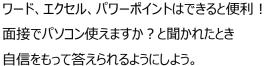
### スキル習得



#### 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!



