

2018年9月柏サポステ キャリア支援・グループワークプログラム



日	曜日	時間	部屋	講座名	内容
1	土	10:30~15:30	作業レ	Excel活用編2	Excel上級者向け。Excelを仕事で使いこなすために便利で利用しやすいVLOOKUP、ピボット、マクロ、VBAを学びます。2回シリーズです。
2	日				
3	月	13:30~15:30	作業レ	自分を知ろう	自分をゆがみなく知っていくための第一歩です。色々な人との対話の中で、自分の様々な面を理解していきましょう。
4	火				
5	水				
6	木				
7	金				
8	土				
9	日				
10	月	13:30~15:30	作業レ	チラシを作ってみよう	PowerPointを使って、お手本を目指してチラシを作ってみましょう！個別指導のプログラムです。
11	火	10:00~15:30	小会議室	ホンキの就職1	適職診断で自分を知り、就職マーケットを知ろう！
12	水				
13	木				
14	金	10:00~15:30	小会議室	ホンキの就職2	「就職するってどういうことか」をみんなで考えよう！
15	土	10:30~15:30	作業レ	マイクロソフトPC講座1	IME/ Word 就職に必須の基本的なPCスキルであるWord、Excel、Powerpointを学びます。5回コースです。
16	日				
17	月				
18	火	10:00~15:30	小会議室	ホンキの就職3	面接練習を繰り返し。「自己PR」を伝えるコツをつかもう！
19	水				
20	木	10:00~12:00	小会議室	職場のコミュニケーションNG集	職場の思わぬところで失敗しないための予備知識。「これを言ってはいけない」事例を知っておきましょう。
21	金				
22	土	10:00~15:30	小会議室	ホンキの就職4	面接練習を繰り返し。「志望動機」を伝えるコツをつかもう！
		10:30~15:30	作業レ	マイクロソフトPC講座2	Word/ Excel 就職に必須の基本的なPCスキルであるWord、Excel、Powerpointを学びます。5回コースです。
23	日				
24	月				
25	火	10:00~12:00	小会議室	脳カトレーニング	シナプソロジーとコーチングで言語脳、ひらめき脳などの活性化を図り、コミュニケーション力UPを目指しましょう。
		13:30~15:30	小会議室	Excelを使ったプログラミング入門	ExcelのマクロとVBAを使った簡単なプログラミングを経験してみましょう。Excel基礎の知識のある方対象。先着4名限定です。
26	水				
27	木				
28	金				
29	土	10:30~15:30	作業レ	マイクロソフトPC講座3	Excel 就職に必須の基本的なPCスキルであるWord、Excel、Powerpointを学びます。5回コースです。
		13:30~15:30	小会議室	アンガーマネジメント	アンガーとは「怒り」、怒りの感情と上手に付き合うための心理トレーニングです。イライラしがちな人、反対に怒りを抑えこんでしまう人、どちらも精神衛生上よくないですね。この機会にちょっと学んでみませんか？
30	日				

プログラムの予約方法 ▶ サポステスタッフまでお伝えください。お電話でも承ります。(04-7100-1940)

