

# 2019年2月サポステ 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	担当	講座名	内容
1	金	13:00～17:00		森	企業見学バスツアー	企業の現場をみんなで見に行ってみましょう！
2	土					
3	日					
4	月	13:30～15:30	作業トレ	田村	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。4名限定です。
5	火	10:00～12:00	小会議室	村松	企業の見方	就職についてのお話。大企業、中小企業の違いなど特色をわかりやすくお話させていただきます。
6	水					
7	木	10:00～12:00	小会議室	丹	エゴグラム	エゴグラムとは性格分析手法の一つです。エゴグラムでは自己の心を「5つの状態」に分類し、そのエネルギー配分をグラフ化することでその人の性格のクセを捉えます。自分の性格を知り、コミュニケーション能力を高めましょう。
8	金					
9	土	10:30～15:30	作業トレ	桃原	Excel基礎講座1	表計算やグラフ作成に便利なExcelの基本を学びます。2回シリーズです。
10	日					
11	月					
12	火					
13	水	13:30～15:30	小会議室	山内	模擬面接	本番さながらの模擬面接、少しでも自分をよくわかってもらえるように、印象をよくするように練習しましょう。
14	木	13:30～16:00	作業トレ		アクシスクリエイト説明会	㈱アクシスクリエイトによる説明会。IT業界に興味のある方におススメです。説明会後に個別相談もあります。
15	金					
16	土	10:30～15:30	作業トレ	春藤	Excel基礎講座2	表計算やグラフ作成に便利なExcelの基本を学びます。2回シリーズです。
17	日					
18	月					
19	火					
20	水					
21	木					
22	金	13:30～16:30	大会議室	森	求人試着	企業の方による仕事のお話と求人のご案内をしていただきます。
23	土	13:30～15:30	小会議室		OB体験談	サポステを卒業された先輩に様々な体験をお話いただきます。今回は女性のHさんです。
24	日					
25	月	13:30～15:30	作業トレ	桃原	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、簡単なマクロを組める方対象。4名限定です。
26	火	13:30～15:30	小会議室	日比	アサーション	自分も相手も大切に自己表現。
27	水	10:00～13:00	小会議室	上村	ホンキの就職1day	内定を獲得するために必要な「力」や「ツール」を手に入れる就職応援プログラム。自己PRと面接に特化したセミナーです！
		15:00～17:00	小会議室	八木	不安とうまく付き合おう1	誰もが抱えている不安に対して、認知行動療法の考え方を応用した対処行動を取り、うまく付き合う手法を学びましょう。2回シリーズです。
28	木					

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)



# 作業・PC・ジョブトレーニング

やっています！

## 作業・実技 トレーニング



自分のペースでウォーミングアップ&作業や協力ができるようになります。

毎週 **火、金曜**

AM 9:30~12:00

PM 13:00~15:30

## PC トレーニング



PC操作の基礎や、入職後に必要な技術など、個人に合わせたスキルアップを目指します。(個別指導です)

毎週 **月曜(午前のみ)、木曜**

AM 10:00~12:00

PM 13:00~15:30

## ジョブ トレーニング



職場で困らないための対応の仕方、コミュニケーション、態度、マナー等を身に付けます。

毎週 **水曜**

AM 10:00~12:00

PM 13:00~15:30

## トレーニングの予約の方法

- 作業トレーニングの部屋に予約表が置いてあります。希望の日時に名前を入れてください。
- 電話でも承ります。スタッフにお伝えください。(04-7100-1940)
- 枠が開いていれば、当日飛び込み参加もできます。