

2019年6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	作業トレ	マイクロソフトPC講座4	Excel/ Powerpoint 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。
2	日				
3	月				
4	火				
5	水	14:00~16:00	小会議室	身だしなみ・イメージアップセミナー	就職活動にふさわしい服装、ヘアスタイル、姿勢、表情、立ち居振る舞いなどを学びましょう。
6	木				
7	金	10:00~13:30	パレット柏	合同企業説明会	企業と出会えるチャンスです。
8	土	10:30~15:30	作業トレ	マイクロソフトPC講座5	PowerPoint 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。
9	日				
10	月	13:30~15:30	作業トレ	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。4名限定です。
		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！
11	火				
12	水				
13	木	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！
14	金				
15	土				
16	日				
17	月	13:30~15:30	作業トレ	Excel基礎講座 1	パソコンにほとんど触ったことのない方でも大丈夫！しっかり理解できるようにゆったりペースで進めます。表計算やグラフ作成に便利なExcelの基本を学びます。3回シリーズです。
		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！
18	火				
19	水	15:00~17:00	小会議室	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。
20	木	10:00~12:00	大会議室	やさしいコミュニケーション心理学	自分自身が本来持っている潜在能力に気づき、自己理解を深めましょう。自分の性格を知り、心のコントロールで快適なコミュニケーションが出来るようになります。
		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！
21	金				
22	土				
23	日				
24	月	13:30~15:30	作業トレ	Excel基礎講座2	パソコンにほとんど触ったことのない方でも大丈夫！しっかり理解できるようにゆったりペースで進めます。表計算やグラフ作成に便利なExcelの基本を学びます。3回シリーズです。
25	火				
26	水				
27	木				
28	金				
29	土				
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)



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しょう。

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。