

2017年7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①	IME/ Word
2	日				
3	月				
4	火				
5	水	13:30~15:30	小会議室	求人試着	企業の方におこしいただき、仕事の話と求人のご案内をしていただきます。
6	木				
7	金				
8	土	10:30~15:30	作業トレ	マイクロソフトPC講座②	Word/ Excel
		13:30~15:30	小会議室	セルフケア	元気で楽しい生活を送るために。食事、運動、睡眠、ストレス等自分で出来るコツを学びましょう。
9	日				
10	月				
11	火	11:00~12:00	小会議室	シナプソロジー	脳に適度な刺激を与え、活性化を図りましょう。笑顔やコミュニケーションが生まれるので、楽しく続けられます。
		13:30~15:30	小会議室	職業人の講話	柏でイタリアンレストランを経営するイクメンシェフにお話をさせていただきます。
12	水				
13	木	10:00~12:00	小会議室	仕事力発見講座	仕事力とは仕事をする上で必要とされる力です。自分の仕事力（強み）を探してみましょう。
14	金				
15	土	10:30~15:30	作業トレ	マイクロソフトPC講座③	Excel
16	日				
17	月				
18	火	14:30~16:30	小会議室	職場のコミュニケーションTPO	職場で円滑な人間関係を築くためにはどうしたらよいか、色々な状況にどう対応するか練習しましょう！
19	水	13:00~15:00	小会議室	仕事を知らう求人票の見方	事務って何？ピッキングって？コンビニって？いくつかの仕事の内容を知ってみましょう。求人票の見方のポイントも教えます。
		15:00~17:00	HW柏	HWへ行ってみよう	ハローワークを訪ね上手な活用方法を知ってみましょう。
20	木	13:30~15:30	小会議室	アサーション	自分も相手も大切に自己表現。
21	金				
22	土	10:30~15:30	作業トレ	マイクロソフトPC講座4	Excel/ Powerpoint
23	日				
24	月				
25	火				
26	水	13:30~15:30	小会議室	就職面接のための印象UP術	面接で好印象を与えるための立ち居振る舞いや身だしなみ、話し方などを正しく身につけましょう。
27	木				
28	金				
29	土	10:30~15:30	作業トレ	マイクロソフトPC講座5	PowerPoint
30	日				
31	月				

