

2020年1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	水	12/28~1/5 閉所			
2	木				
3	金				
4	土				
5	日				
6	月				
7	火				
8	水				
9	木				
10	金				
11	土				
12	日				
13	月				
14	火				
15	水				
16	木				
17	金				
18	土	10:30~15:30	作業トレ	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。
19	日				
20	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。基本的な操作ができる方対象、4名限定です。
21	火	13:30~15:30	小会議室	プログラミングで遊ぼう！	イギリスの公共放送局であるBBC（英国放送協会）が中心となって開発した教育用の小型コンピューターボード「マイクロビット」を使ってプログラミングを体験してみましょう。4名限定です。
22	水	13:30~16:30	小会議室	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！
23	木	10:00~12:00	小会議室	ミスへの対応の仕方	仕事でミスをするとなぜしてしまい、冷静でいられなくなりますか。ミスをしてしまった場合に役立つ対処法を学びましょう。
24	金				
25	土	10:30~15:30	作業トレ	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。
26	日				
27	月	10:00~12:00	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つ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？今回は上手な怒られ方を学びます。
28	火	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、簡単なマクロを組める方対象。4名限定です。
29	水				
30	木				
31	金				

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。