

# 2020年10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	木				
2	金				
3	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。
4	日				
5	月	10:00~12:00	作業トレ	アワーオブコード	
		10:00~12:00	作業トレ	PCトレーニング	
		13:30~15:30	作業トレ	イラストの時間	のんびり自由にイラストを描きませんか？アプリでの取り込み方や色の塗り方、素材サイトへの投稿についてもご紹介いたします。3名限定です。
6	火				
7	水				
8	木				
9	金				
10	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。
11	日				
12	月	10:00~12:00	作業トレ	PCトレーニング	
		10:00~12:00	作業トレ	マイクラフト	教育にも利用されているマイクラフトを皆で楽しみましょう。プログラミングを学ぶ第一歩にもなります。未経験者OK、丁寧に教えます。3名限定です。
13	火				
14	水				
15	木	13:30~15:30	小会議室	職場のコミュニケーション	「職場のあるある」あなたならどうする？不安や悩みをみんなで解決しましょう。
16	金				
17	土				
18	日				
19	月	10:00~12:00	作業トレ	マイクロビット	
		10:00~12:00	作業トレ	PCトレーニング	
20	火	10:00~12:00	小会議室	ハッピーリフレーミング	口下手でも大丈夫。ひとこと言いかえるだけでコミュニケーションが明るくなります。
21	水	10:30~15:30	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！
22	木				
23	金				
24	土				
25	日				
26	月	10:00~12:00	作業トレ	PCトレーニング	
		10:00~12:00	作業トレ	マイクラフト	教育にも利用されているマイクラフトを皆で楽しみましょう。プログラミングを学ぶ第一歩にもなります。未経験者OK、丁寧に教えます。3名限定です。
		13:30~15:30	作業トレ	ハンドメイド作品を作ろう	自分だけのオリジナル作品を作って、ハンドメイドマーケットやメルカリで販売の準備をしませんか？未経験者、ぶきっちゃんも大歓迎です。3名限定です。
		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？今回は上手な怒られ方を学びます。
27	火	13:30~15:30	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カUPを目指しましょう。
28	水	13:30~15:30	小会議室	メルカリで売ってみよう	スマホアプリのメルカリを使い、不要なものを売ってみましょう。出品の手順やコツをご紹介します。
29	木				
30	金				
31	土				

プログラムは事情により変更、中止となる可能性があります。ご了承ください。