

2021 9

厚生労働省・板橋区委託事業

いたばし若者サポートステーション セミナー予定表

事前予約・登録が必要です。まずは**03-6915-5731**へお電話ください

利用日時：火曜～土曜（祝日を除く） 10:00～17:30

対象：15～49歳までの就学・就労していない方で就労意欲のある方と
その保護者

★利用・個別相談（随時） ★キャリアカウンセリング（土曜）

★臨床心理士による就活こころ相談（金曜） ★保護者相談（初回のみ無料）

日月		火	水	木	金	土	
		1	2	3	4	4 <small>キャリアコン</small>	
		<div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; display: inline-block;"> 定員が記されていないセミナーは【定員5名】枠です </div>				オトナのストレス研究所 シニア産業カウンセラー 李さん 10:00～12:00	
5	6	7	8	9	10	11 <small>キャリアコン</small>	
閉館	閉館	定員2 タイピング練習 ①10:00～10:50②11:00～11:50 定員4 EXCEL.Wordセミナー② 14:00～16:00		【業界・企業解説】 ものづくり・ガラス加工の仕事 @光信理化学製作所 13:30～15:00	定員4 絵を描いて自分を知ろう 臨床心理士 間宮さん 13:30～15:30	感染予防のため 事前予約が必要	
12	13	14	15	16	17	18 <small>キャリアコン</small>	
閉館	閉館	定員2 タイピング練習 ①10:00～10:50②11:00～11:50 定員4 EXCEL.Wordセミナー③ 14:00～16:00	仕事を始める・続けるための 仕事との向き合い方 13:30～15:30	【ジョブトレ】 事務作業体験 書類・データチェック作業 13:30～14:30	ちよつと雑談、お結びトーク -男性編- 10:00～11:30 リモートワークの働き方・探し方 @アイトマホールディングス 13:30～15:00	就活に必要な"自己理解"の方法 キャリアカウンセラー 田辺さん 13:30～14:30	
19	20	21	22	23	24	25 <small>キャリアコン</small>	
閉館	閉館	定員2 タイピング練習 ①10:00～10:50②11:00～11:50 定員4 EXCEL.Wordセミナー④ 14:00～16:00	withコロナの職種別業況と 将来性を知ろう！ 13:30～15:30	閉館	定員4 ちよつと雑談、お結びトーク -女性編- 10:00～11:30	【ジョブトレ】 データ入力・EXCEL作業 13:30～14:30	
26	27	28	29	30	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; display: inline-block;"> は外部講師のセミナーマークです。 寝ぐせなど注意して、清潔感のある服装で参加しましょう。 はオンラインセミナーマークです。 </div>		
閉館	閉館	定員2 タイピング練習 ①10:00～10:50②11:00～11:50 定員4 EXCEL.Wordセミナー⑤ 14:00～16:00	サボステ作業ボランティア （発送作業） 13:30～14:30				

ジョブトレの中で気づきを得よう

☆ジョブトレ（EXCELデータ入力）

「データ入力」のアルバイトや派遣でよくある業務、手書き書類のEXCEL入力作業を体験してもらいます。データ入力の仕事を体験したい方、またはPC操作の練習をしたい方どうぞご参加ください。

☆作業ボランティア（書類発送）

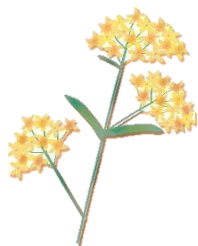
発送作業等をお手伝いいただけます。手先を動かす作業や報・連・相を作業の中で実践していただけます。雑談をしながら楽しんで作業をしましょう。

☆【生活改善午前中ワーク】-タイピング練習-

週一回、午前中から活動するためのワークです。タイピング練習の癖付けしたい人も、まずはここから始めてみませんか。

☆ジョブトレ（事務体験～チェック作業～）

伝票や宛先の確認など、書類チェックのお仕事を体験してもらいます。集中力と注意力の訓練にもなります。



※交通費は自己負担になります

今月のセミナー

☆大人のストレス研究所

職場でのコミュニケーションがごちかくなる時にストレスを感じる人が多いと言います。特に人に話しかけたり距離の取り方が苦手な方ほどストレスが高くなるようです。逆に職場に色々と話せる人を持つとストレスは和らぎます。今回はコミュニケーションスキル、ソーシャルサポートについて学びながら職場のストレスをいかに減らしていくかについて考えてみましょう。

☆【業界・企業解説】ものづくり・ガラス加工の仕事 @光信理化学製作所

理化学用ガラス機器などを作っている会社。バーナーを使ってガラスを加工する工程や、技術についても解説してもらいます。製造の仕事はどんな仕事なのか？（職場体験受け入れ企業です。興味を持った人は見学や、職場体験の参加もできます。）

☆絵を描いて自分を知ろう

絵には意外と「自分」が出るものです。今回は風景の絵を描きます。「自分」を思い切り表現し、性格や個性について振り返ってみませんか。絵を描いた後にみんなで感想を共有する時間もあります。（絵を描くのが好きな方も大歓迎です。）

☆仕事を始める・続けるための仕事との向き合い方

実際に仕事始めた人や、続けている人たちに共通することはあるのだろうか。人材紹介・派遣企業の方が会ってきた人や仕事を通じて知り合った方の例をお話させていただきます。

☆リモートワークの働き方・探し方

リモートワークという働き方が増えてるようだけど、安定して働けるの？ 未経験でも可能なの？ そもそやりたい仕事はあるの？ など分からないことは多いと思います。今回は「ReWorks」というリモートワーク専門の求人転職サービスを行っている企業の方に、リモートワークが選択になるのか解説してもらいます。

☆お結びトーク

みなさん“はけ口”はありますか。日常の不満、我慢、自慢、誰かと話せてますか？雑談力アップにもどうぞ！

☆就活に必要な“自己理解”の方法

就活で絶対に欠かせないのが「自己理解」。どんな仕事に向いているのか考える時も、応募時の自己PRや志望動機にも必須の準備になります。どう探っていけばいいのか、方法とコツを解説していきます。

☆withコロナの職種別業況と将来性を知ろう！

営業職・事務職・ITエンジニア・製造職・サービス職（飲食）・コールセンタースタッフ・介護職・運輸関連職について具体例を交え解説します。

利用方法

1



電話予約後、来所いただき、あなたの状況をお聞かせください。利用方法や支援内容を説明後、仮登録となります

2



個人情報に配慮した上でローワークの意見を踏まえ、本登録、利用開始となります。個々の状況に合わせて、今後の利用について提案します

3



状況に応じたセミナーや相談サービスを活用していきます

いざ！就活！



定着サポート



いたばしサポステの情報は右のQRコードから閲覧できます。

