

2023 10

厚生労働省認定・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



いたばしサポステのウェブサイトはこちら
利用方法、体験談やブログなど、見どころ満載！
毎月のセミナー予定表もアップされていますよ。



いたばしサポステのツイッターはこちら
サポステの活動情報をピックアップして発信しています！ぜひフォローして下さい！



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
閉館	閉館	【PC】EXCEL・WORDセミナー③ 14:00~16:00	定員2 タイピング練習 (50分) ①10:00 ②11:00		定員8 【東京しごとセンター】 「ワークスタート」説明会 13:30~14:30	
8	9	10	11	12	13	14
閉館	閉館	定員6 【生活改善】清掃ボランティア @石神井川散策 10:30~12:00 【PC】EXCEL・WORDセミナー④ 14:00~16:00	定員2 タイピング練習 (50分) ①10:00 ②11:00 定員4 【体験】【ジョブトレ】 事務・チェック作業 13:30~14:30	定員8 【しごと理解】 ITのお仕事解説 & 「デジタルTOKYO」説明会 13:30~14:30	定員4 【体験】【ジョブトレ】<全2回> モノづくりワークショップ@マスク編 10:00~12:00 定員6 チームで目標達成する 体験をしてみよう 13:30~15:30	予約不要 【見学・説明会】 ふらっとサポステ (30分入替制) 10時・10時半・11時
15	16	17	18	19	20	21
閉館	閉館	【PC】EXCEL・WORDセミナー⑤ 14:00~16:00	定員2 タイピング練習 (50分) ①10:00 ②11:00 定員4 【体験】【ジョブトレ】 書類の発送作業 13:30~14:30	定員6 【しごと理解】 業界研究・仕事理解の方法 13:30~15:00	定員6 【しごと理解】【見学】 職業訓練校@板橋校 10:00~11:30 ※9:50 JR浮間舟渡駅前集合	定員4 【体験】【ジョブトレ】 作業体験@エコポリスセンター 11:00~13:00
22	23	24	25	26	27	28
閉館	閉館	定員4 【体験】【ジョブトレ】<全2回> モノづくりワークショップ@マスク編 10:00~12:00 【PC】EXCEL・WORDセミナー⑥ 14:00~16:00	定員2 タイピング練習 (50分) ①10:00 ②11:00 定員4 【体験】【ジョブトレ】 EXCELデータ入力<初級> 13:30~14:30	定員6 【コミュニケーション】 初対面の人とのコミュニケーション フリーアナウンサー 損宿さん 13:30~15:30	予約不要 【見学・説明会】 ふらっとサポステ (30分入替制) 10時・10時半・11時 定員4 「面倒かい人」から 自分を守る心理学 13:30~14:30	
29	30	31	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、オンラインでのセミナーです。			



★サポステのご利用にあたって★

セミナーやジョブトレに参加するには、登録および事前予約が必要です。まずは、03-6915-5731へお電話ください。

面談の上、登録の手続きを行います。 ※ご状況によりサポステよりも適切な機関があると判断された場合、他機関をご紹介しますことがあります。

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) ★就活等の各種セミナー・ジョブトレーニング ★臨床心理士による就活ところ相談 ★保護者相談(初回のみ無料)

《 プログラムのご紹介 》

- 3 (火) 【PC】EXCEL・WORDセミナー(第3回/全6回) ※第4回:10日(火)、第5回:17(火)、第6回24(火)に実施します。
初級～中級レベルまでの内容を学習します。 ※6回連続で出ることが前提となります。
- 6 (金) 【東京しごとセンター】「ワークスタート」説明会
働くことへの不安や迷いを解消し、就職活動へ一歩踏み出すことを目的としたワークショップ型セミナーの説明会です。
- 10 (火) 【生活改善】清掃ボランティア@石神井川散策
石神井川沿いのゴミ拾いに参加して街の美化に貢献しましょう！
- 11 (水) 【体験】【ジョブトレ】事務チェック作業
伝票の確認など書類チェック・データ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。
- 12 (木) 【しごと理解】ITのお仕事解説&「デジカレTOKYO」説明会
前半はIT業界職種についての解説、後半はIT分野の学び・就職を支援する事業「デジカレTOKYO」の説明があります。
- 13 (金) 【体験】【ジョブトレ】ものづくりワークショップ <マスク編> 第1回/全2回
黙々と集中しながらのモノづくり体験、今回はマスクづくりです♪ コミュニケーションを通して楽しい時間を過ごしましょう。
- 13 (金) チームで目標達成する体験をしてみよう
参加者の皆さんで共同作業に取り組んでいただきます。発言の得意不得意は関係ありません。自分なりの役割を実感するきっかけに！
- 18 (水) 【体験】【ジョブトレ】書類の発送作業
書類を数える、切る、貼るなどの手作業・道具を使った作業を体験します。
- 19 (木) 【しごと理解】業界研究・仕事理解の方法
仕事理解のために何から手をつけたら良いか分からないという方にはオススメ。情報収集や整理、仕事選びのヒントを得ていきましょう。
- 20 (金) 【しごと理解】【見学】職業訓練校@板橋校 (※9:50 JR浮間舟渡駅前に集合)
職業訓練校ではどのようなことが学べ、習得できるのか。どのような就職先があるのか、実際に板橋校に足を運んで学びましょう♪
- 21 (土) 【体験】【ジョブトレ】作業体験@エコポリスセンター (※10:50にエコポリスセンター前に集合)
板橋区民祭りのお手伝いを行います。客呼び込みやデジタルアンケートの対応といった接客体験になります。
- 24 (火) 【体験】【ジョブトレ】ものづくりワークショップ <マスク編> 第2回/全2回
黙々と集中しながらのモノづくり体験、今回はマスクづくりです♪ コミュニケーションを通して楽しい時間を過ごしましょう。
- 25 (水) 【体験】【ジョブトレ】EXCELデータ入力 <初級>
手書き書類のEXCEL入力作業体験です。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はご参加ください。
- 26 (木) 【コミュニケーション】初対面の人とのコミュニケーション
初めて会話する上で会話を広げやすい内容や、聞いてはいけない質問などポイントふまえてお伝えします。
- 27 (金) 「面倒くさい人」から自分を守る心理学
職場で出会う付き合いにくい人への対処法を学びます。

サポステ 利用方法

- 1 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します。

- 2 利用開始。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。

- 4 いざ!就活!

- 5 定着サポート
