

2024 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



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しています。



いたばしサポステのX(旧ツイッター)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	定員4 【PC】EXCEL・WORDセミナー③ 14:00~16:00	定員2 タイピング練習(各50分) ①10:00 ②11:00	定員4 【体験】【ジョブトレ】 データ入力中級編~文字起こし~ 13:30~15:00	外部講師によるセミナーです。清潔感のある服装で参加しましょう。 面接LVUP★ キャリアコンサルタントによる個別の面接スキル強化デーです。	
8	9	10	11	12	13	14
閉館	閉館	定員4 【PC】EXCEL・WORDセミナー④ 14:00~16:00	定員2 タイピング練習(各50分) ①10:00 ②11:00 定員3 【個別相談】(50分/枠) 人材紹介会社に直で聞こう!! 「〇〇な仕事って実際あるの!?!」 ①13:00②14:00③15:00	定員4 【自己理解】 職業適性検査~GATB~ 10:00~12:00	定員6 【コミュニケーション】 Let'sプレスト体験 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12 【コミュニケーション】 さぼcafé@24年度就活&就職組 13:00~15:00
15	16	17	18	19	20	21
閉館	閉館	定員4 【PC】EXCEL・WORDセミナー⑤ 14:00~16:00	定員2 タイピング練習(各50分) ①10:00 ②11:00	定員6 【コミュニケーション】 『伝える』コミュニケーション ~自己PR編~ フリーアナウンサー 揖宿さん 13:30~15:30	定員6 【メンタルヘルス】 ネガティブ思考を抜け出そう 10:30~12:30 定員4 【体験】【ジョブトレ】 電話ロールプレ~応募編~ 13:30~15:00	定員4 【体験】【ジョブトレ】 ゲームデバッグ体験(バグトレ)① <受講編> 13:30~15:30
22	23	24	25	26	27	28
閉館	閉館	定員4 【PC】EXCEL・WORDセミナー⑥ 14:00~16:00	定員2 タイピング練習(各50分) ①10:00 ②11:00	定員4 【体験】【ジョブトレ】 書類の発送作業 13:30~15:30	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 【体験】【ジョブトレ】 ゲームデバッグ体験(バグトレ)② <実施編> 13:15~15:15	定員4 【体験】【ジョブトレ】 プラモdeものづくり体験① 13:30~15:30
29	30					
閉館	閉館					

★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、他機関をご紹介することがあります。

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) ★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こころ相談 ★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日(火)、第6回:24日(火)にて実施
初級～中級レベルまでの内容を学習します。6回連続で参加する事が前提となります。
- 5 (木) 【体験】【ジョブトレ】PC文字起こし作業
録音された音声聞いて、テキスト化していく作業の体験をしてみましょう。集中力、入力スピードが求められます。
- 11 (水) 【個別相談】(50分/枠) 人材紹介会社に直で聞こう!!「〇〇な仕事って実際あるの!？」 ※スタッフ同席
興味のある職種や求人でも、業務内容など仕事のイメージが難しいです。人材紹介会社の担当さんに直接聞いてみましょう!
- 12 (木) 【自己理解】職業適性検査「GATB」 ※紙筆検査のみ実施
11種の筆記検査をもとに適性をみていきます。体調を整えてご参加ください。後日、個別面談で結果の振り返りを行います。
- 13 (金) 【コミュニケーション】Let'sブレスト体験
ブレインストーミングは、テーマについて皆で意見を整理したり、視野を広げる方法です。楽しみながら体験してみましょう。
- 14 (土) 【コミュニケーション】さぼCafé～24年度就活&就職組～
今年度に就職決定した皆さんで、1年目のお悩みについて話したりレクリエーションで盛り上がりましょう!
- 19 (木) 【コミュニケーション】『伝える』コミュニケーション～自己PR編～ ※録音機器(スマートフォン可)を各自ご用意ください。
自己PRの伝え方に焦点をあて、1分程度の個別発表⇄自己評価を繰り返すことで、伝える力をつけて行きましょう。
- 20 (金) 【メンタルヘルス】ネガティブ思考を抜け出そう
自分の考え方のクセを知り、ネガティブ思考の悪循環から抜け出すコツをつかみましょう。
- 20 (金) 【体験】【ジョブトレ】電話ロープレ～応募編～
応募電話への苦手意識を和らげるため、ロープレを通して特訓をしてみましょう!
- 21 (土) 【体験】【ジョブトレ】ゲームデバック体験(バグトレ)(第1回:受講編/全2回)
ゲームアプリのデバック作業体験ができます。指示書に基づいて、バグを見つけられるかなど楽しみながら適性をみていきましょう。
- 25 (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。
- 27 (金) 【体験】【ジョブトレ】ゲームデバック体験(バグトレ)(第2回:実施編/全2回)
ゲームアプリのデバック作業体験ができます。指示書に基づいて、バグを見つけられるかなど楽しみながら適性をみていきましょう。
- 28 (土) 【体験】【ジョブトレ】プラモDEモノづくり体験(第1回/全2回)
プラモデルを完成させるために、チームで協力・分担していくことも必要です。コミュニケーションのとり方も考えながら進めていきましょう。

サポステ 利用方法

