

日	月	火	水	木	金	土
<p>参加したいプログラムはあらかじめ予約してね！ 電話や面談時でOK！</p>						
1	2	3 心理相談・黒崎ST	4 心理相談	5	6	7 心理相談
	<p>サポステ塾「ステップ」 10:00～12:00</p> <p>サポステ塾「ホップ」 14:00～16:00</p>		<p>PC講座 13:00～15:00</p> <p>PC</p>	<p>サポステ塾「ジャンプ」 10:00～12:00</p> <p>グループW ① 14:00～</p>	<p>市民お助け隊 10:00～12:00</p>	
8	9	10 心理相談・豊前ST	11 心理相談	12	13 行橋ST	14
	<p>サポステ塾「ステップ」 10:00～12:00</p> <p>サポステ塾「ホップ」 14:00～16:00</p>			<p>女子会（交流会） 14:00～15:30</p>	<p>市民お助け隊 10:00～12:00</p> <p>サポステ塾「職業適性検査」 14:00～15:00</p>	<p>家族会 14:00～16:00</p>
15	16 海の日	17 心理相談・黒崎ST	18 心理相談	19	20 行橋ST	21
	 <p>休み</p>	<p>ホンキの就職「はじめの一步」 10:00～12:00</p> <p>交流会（黒崎） 14:00～15:30</p> <p>サポステ塾「ホップ」 14:00～16:00</p>	<p>特別講座 社会人講話 「ポリテク説明会」 14:00～15:00</p> <p>交流会 13:30～15:40 TOTO衛陶工場見学</p>	<p>サポステ塾「ジャンプ」 10:00～12:00</p>	<p>市民お助け隊 10:00～12:00</p> <p>交流会（行橋） 14:00～15:30</p>	
22	23	24 心理相談・豊前ST	25	26	27 行橋ST	28 心理相談
	<p>サポステ塾「ホップ」 14:00～16:00</p> <p>休み</p>		<p>PC講座 13:00～15:00</p> <p>PC</p>	<p>サポステ塾「ジャンプ」 10:00～12:00</p>	<p>市民お助け隊 10:00～12:00</p>	<p>OGOB会 14:30～15:30</p>
29	30	31 心理相談・黒崎ST				
	<p>サポステ塾「ステップ」 10:00～12:00</p> <p>休み</p>		<p>グループW ① 14:00～</p>			

サポステ塾（社会人基礎能力取得講座）

就職に必要なスキルを身につけるために、現在の利用者のどのレベルの方でも参加しやすいよう、3段階のレベルに分けています。

ホップ（初級）：人に話しかける、挨拶の仕方、アサーショントレーニングなどコミュニケーション力を身につける方法を学びましょう。

ステップ（中級）：自分にあった仕事は何かを考え、世の中にはどのような仕事があるのかを学びましょう。PCスキル講座なども開催。

ジャンプ（上級）：履歴書や職務経歴書の作り方を学んだり、面接練習などを行い人前で発表する自信をつけていきましょう！

特別講座 社会人講話

ハローワークやポリテク、企業の方から就職に関する情報提供をってもらい就職の準備に役立てましょう！

PC PC講座

PC基礎（Excel Word）をみんなで学びましょう！

市民お助け隊（外でのボランティア）

公園内清掃活動など、身近にできるボランティアを体験。

交流会（交流会/女子会/OB・OG会）

みんなでレクリエーションをしたりものづくりなどの活動をする中で楽しくコミュニケーションを身につけていきましょう。今月の交流会は、TOTO工場見学です。

フリースペース交流会 ①

サポステのフリースペースを使った利用者同士のmini交流会です。簡単なボランティアやグループワーク、PC練習会などを行います。（約1時間）

ホンキの就職 はじめの一步

一日限定、就職活動特別講座！
違った角度からみた自己確認の仕方などを学びましょう！

※各プログラムは予告なく変更・中止する場合があります。事前に電話等でご確認ください。



北九州若者サポートステーション
〒802-0001 北九州市小倉北区浅野3-8-1 AIMビル2階

☎093-512-1871



http://www.kitakyushu-saposute ※サポステ事業は厚生労働省・福岡県委託事業です