

日	月	火	水	木	金	土
						1
<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。 今月はサポステ塾「ホップ」「ステップ」の日程が変則になっています、気を付けて下さいね。</p> 						
2	3	4 心理相談・黒崎ST	5 心理相談	6	7 行橋ST	8 心理相談
休み	サポステ塾「ステップ」 10:00～12:00 サポステ塾「ホップ」 14:00～16:00		PC講座 13:00～15:00 PC	ホンキの就職 「はじめの一步」 10:00～12:00	市民お助け隊 10:00～12:00 サポステ塾 「職業適性検査」14:00～15:00	家族会 14:00～16:00
9	10	11 心理相談・豊前ST	12 心理相談	13	14 行橋ST	15 心理相談
休み	サポステ塾「ホップ」 14:00～16:00	姉ボラ ㊦ 10:00～11:00 サポステ塾「ステップ」 14:00～16:00	女子会（交流会） 14:00～15:30	サポステ塾「ジャンプ」 10:00～12:00 グループW ㊦ 14:00～	市民お助け隊 10:00～12:00	
16	17 敬老の日	18 心理相談・黒崎ST	19 心理相談	20	21 行橋ST	22 心理相談
休み		サポステ塾「ステップ」 14:00～16:00	社会人講話 ポリテク説明会 特別講座 14:00～15:00	サポステ塾「ジャンプ」 10:00～12:00	市民お助け隊 10:00～12:00 サポステ塾「ホップ」 14:00～16:00 交流会（行橋）14:00～	交流会 14:00～15:30 OB・OG会 15:30～16:30
23/30	24 振替休日	25 心理相談・豊前ST	26 心理相談	27	28 行橋ST	29
休み		ホンキの就職 「ワーク」 10:00～12:00 姉ボラ ㊦ 14:00～15:00	PC講座 PC 13:00～15:00 	サポステ塾「ジャンプ」 10:00～12:00	市民お助け隊 10:00～12:00 グループW ㊦ 「良い人間関係作り」のためのコミュニケーション力とマナー 14:00～	

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々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、面接練習など行い、人前で発表する自信をつけていきましょう！

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。

フリースペース交流会 ㊦
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）

特別講座
社会人講話
ハローワークやポリテクの方から就職に関する情報提供を行ってもらう就職の準備に役立てましょう！

グループワーク「良い人間関係作り」のためのコミュニケーション力とマナー（9/28）
あなたの言葉遣いや態度・マナーは「良い人間関係作り」に役立っていますか？面接の場面だけでなく、日常生活でも役立つ「良い人間関係作り」のための基本的なコミュニケーション力とマナーについて皆で学び、身に付けましょう。

PC講座
PC基礎（Excel Word）をみんなで学びましょう！

ホンキの就職 はじめの一步（9/6）&ワーク（9/25）
はじめの一步（9/6）では、違った角度からみた自己確認の仕方などを学びます。ワーク（9/25）では、一分間スピーチのしかた等を学びます。

※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。



お気軽に
お問い合わせ
下さい!!

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

