

2018 10月

北九州サポステ

プログラムスケジュール

ST:サライト
PC:パソコン科

日	月	火	水	木	金	土
	1	2 心理相談・黒崎ST	3 心理相談 特別講座 社会人講話 「事務のお仕事を知ら う！」14:00～15:00	4 サポステ塾「ジャンプ」 10:00～12:00 グループW① 14:00～16:00	5 市民お助け隊 10:00～12:00	6 
休み						
	7	8 体育の日	9 心理相談・豊前ST	10 心理相談	11	12 行橋ST
休み	休み	サポボラ① 10:00～11:00	PC講座 13:00～15:00 PC	サポステ塾「ジャンプ」 10:00～12:00 女子会（交流会） 14:00～15:30	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	13 
	14	15	16 心理相談・黒崎ST	17 心理相談 特別講座 社会人講話 ポリテク説明会 14:00～15:00	18 サポステ塾「ジャンプ」 10:00～12:00	19 行橋ST
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	交流会（黒崎） 14:00～15:30			市民お助け隊 10:00～12:00 交流会（行橋） 14:00～15:30	OG・OBを囲んで座談会 「サポステ卒業生さんの 体験談を聞こう！」 14:00～15:00 交流会 15:00～16:00
	21	22	23 心理相談・豊前ST	24 心理相談	25 特別講座 社会人講話 「いろいろな職種につ いて知ろう！」 14:00～15:00	26 行橋ST
休み	サポステ塾「ホップ」 14:00～16:00	サポステ塾「ステップ」 10:00～12:00 サポボラ① 14:00～15:00	PC講座 13:00～15:00 PC		市民お助け隊 10:00～12:00 グループW① 「キャリア・トランプ」 14:00～16:00	家族セミナー（戸畑生涯学 習C）10:00～12:30 「社会的ひきこもりと自己 肯定感」牛島沙織先生 OG・OB会 15:30～16:30
	28	29	30 黒崎ST	31	 <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> 	
休み		ホンキの就職 10:00～16:00				

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！

特別

社会人講話「事務のお仕事について知ろう！」(10/3)

「ポリテク説明会（10/17）」「いろいろな職種について知ろう（10/25）」ハローワークやポリテクの方、その道に詳しい専門的な方から、就職に関する情報をもらい、就職の準備に役立てましょう！

ホンキの就職（10/30、11/2、11/6、11/9）

期間限定、就職活動特別講座！就職活動に必要な知識と自信を身につけて、実際に応募活動へ挑戦してみよう！

※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。

市民お助け隊（外でのボランティア）

公園内清掃活動、ボトルキャップ集めなど、身近にできるボランティアを通して、前向きな気持ちを育てましょう。

交流会（交流会/女子会/OB・OG会）

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、みんなで楽しくコミュニケーション力を身につけていきましょう。

OG・OBを囲んで座談会

サポステを卒業されたOB・OGの皆さんを囲んで、就職にまつわるエピソードやいろいろな体験談を聞いて、今後の就職に役立てましょう！

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。

グループワーク「キャリア・トランプ」(10/26)

キャリアトランプ®は、トランプのように、カードを引いたり捨てたりするカードゲームの感覚で、楽しみながら自己分析やコミュニケーションを活性化していくツールです。ゲームの中で見つけ出すありのままの自分を受け入れ、良い所を発見して、ワクワクする未来を描いてみませんか？

Let's チャレンジ!



お気軽に
の問い合わせ
下さい!!

問い合わせ先はこちらに

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://kitakyushu-saposute.com



※サポステ事業は厚生労働省・福岡県委託事業です