

日	月	火	水	木	金	土
休み	<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> <p>年末年始のお休みのお知らせ 誠に勝手ながら 12月29日(金)～1月4日(金) の間お休みさせていただきます</p>  					1 心理相談
2	3	4 心理相談・黒崎ST	5 心理相談	6	7	8 心理相談
休み	<p>サポステ塾 「ステップ」 10:00～12:00</p> <p>ホンキの就職1day 「はじめの一歩」 14:00～16:00</p>	<p>サポステ塾 「職業適性検査」 14:00～15:00</p>	<p>PC講座 13:00～15:00</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>サポステ塾「ホップ」 14:00～16:00</p>	
9	10	11 心理相談・豊前ST	12 心理相談	13	14 行橋ST	15
休み	<p>サポステ塾 「ステップ」 10:00～12:00</p>	<p>ホッポラ ① 10:00～11:00</p>		<p>サポステ塾 「ジャンプ」 10:00～12:00</p> <p>グループW ① 14:00～16:00</p>	<p>市民お助け隊 10:00～12:00</p> <p>サポステ塾「ホップ」 14:00～16:00</p>	<p>家族セミナー（行橋） 「自分の人生を創っていく子どもに親ができる12の事」 10:00～12:30</p> <p>OB・OG会 15:00～16:00</p>
16	17	18 心理相談・黒崎ST	19 心理相談	20	21 行橋ST	22
休み	<p>サポステ塾 「ステップ」 10:00～12:00</p> <p>ホンキの就職1day 「仕事力発見ワーク」 14:00～16:00</p>	<p>グループW ① 「キャリア・トランプ」 14:00～16:00</p>	<p>社会人講話 ポリテク説明会 14:00～16:00</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>サポステ塾「ホップ」 14:00～16:00</p> <p>交流会（行橋ST） 14:00～15:30</p>	<p>交流会 「クリスマス会」 14:00～15:30</p>
23	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
休み		<p>ホッポラ ① 14:00～15:00</p>	<p>PC講座 13:00～15:00</p> 			<p>年末年始休み (12/29～1/4) 5日から営業</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、面接練習などを行い人前で発表する自信をつけていきましょう！

**ホンキの就職 はじめの一歩（12/3）＆仕事力発見ワーク（12/17）**

はじめの一歩（12/3）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。仕事力発見ワーク（12/17）では、自分の仕事力（強み）を発見し、具体的に自分の事を伝える練習をします。

**社会人講話**

《ポリテク説明会》「ポリテク」の方から就職に関する情報提供を行ってもらい、就職の準備に役立てましょう！

特別講座

**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）**

皆でレクリエーションをしたり、物作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 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」(12/18)**

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？



サポステQRコード  
アクセスしてね！

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