

2019 1月

北九州サポステ

プログラムスケジュール

ST:サテライト

PC:パソコンスキル

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5 心理相談
休み	本年もどうぞよろしくお願いいたします。 サポステ職員一同 ※1月5日(土)より開所いたします。					
6	7	8 心理相談・豊前ST	9 心理相談	10	11 行橋ST	12 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」① 14:00~15:00	PC講座 13:00~15:00 PC	サポステ塾 「ジャンプ」 10:00~12:00	市民お助け隊 10:00~12:00	家族会 14:00~16:00
				グループW① 14:00~16:00	サポステ塾 「ホップ」 14:00~16:00	
13	14 成人の日	15 心理相談・黒崎ST	16 心理相談	17	18 行橋ST	19 心理相談
休み		サポステ塾 「ステップ」 10:00~12:00	社会人講話 「ポリテク説明会」 14:00~15:00 特別講座	サポステ塾 「ジャンプ」 10:00~12:00	市民お助け隊 10:00~12:00	交流会 14:00~15:30
		サポステ塾 「職業適性検査」 14:00~15:00			サポステ塾 「ホップ」 14:00~16:00	OB・OG会 15:30~16:30
					交流会(行橋ST) 14:00~15:30	
20	21	22 心理相談・豊前ST	23 心理相談	24	25 行橋ST	26 心理相談
休み	ホニキの就職～自己表現してみよう1分間スピーチ～ 10:00~11:30	サポステ塾 「ステップ」 10:00~12:00		女子会 「たわし&ミサンガ」 14:00~15:30	市民お助け隊 10:00~12:00	
		サポステ塾 「ホップ」① 14:00~15:00			サポステ塾 「ホップ」 14:00~16:00	
27	28	29 心理相談・黒崎ST	30 心理相談	31	※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。	
休み		グループW① 「良い人間関係作り」のためのコミュニケーション力(1/29)とマナー(2/1) 14:00~16:00	PC講座 13:00~15:00 PC	サポステ塾 「ジャンプ」 10:00~12:00		

<p>サポステ塾 (社会人基礎能力取得講座)</p> <p>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。</p> <p>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を学びましょう。</p> <p>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。</p> <p>ジャンプ (上級) : 履歴書や職務経歴書の作り方を学んだり、面接練習等を行い、人前で発表する自信をつけていきます。</p>	<p>社会人講話 特別講座</p> <p>ポリテクの方から就職に関する情報提供を行ってほしい就職の準備に役立てましょう!</p> <p>フリースペース交流会 ①</p> <p>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。</p> <p>「良い人間関係作り」のためのコミュニケーション力(1/29)とマナー(2/1) 全2回</p> <p>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。(1/29、2/1両日参加可能な方対象)</p>
<p>市民お助け隊 (外でのボランティア)</p> <p>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。</p>	<p>PC 講座</p> <p>PC PC基礎 (Excel Wordなど) をみんなで学びましょう!</p>
<p>ホニキの就職 ~自己表現してみよう1分間スピーチ~ (1/15)</p> <p>仕事力発見ワーク、一日限定。自分の仕事力(強味)を発見し、具体的に自分の事を伝えるスピーチ練習をします。</p>	<p>交流会 (交流会/女子会/OB・OG会)</p> <p>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力を身につけていきましょう。</p>

Let's チャレンジ!



サポステHPのQRコードです!
プログラムや講座の様子をアップしています。ぜひアクセスしてみてくださいね。

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。