



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> 				1 市民お助け隊 10:00~12:00	2
	※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。				ホンの就職 10:00~16:00	
3	4	5	6	7	8	9
休み	サポステ塾 「ステップ」 10:00~12:00	ホンの就職 10:00~16:00	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	ホンの就職 10:00~16:00	
		サポステ塾 「ホップ」 14:00~16:00				
10	11	12	13	14	15	16
休み	サポステ塾 「ステップ」 10:00~12:00	プレ就労体験 (職場実習) 9:45~11:30	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	
	サポステ塾 「ホップ」 14:00~16:00	サポステ塾 「職業適性検査」 14:00~15:00		プレ就労体験 (職場実習) 9:45~11:30	サポステ塾 「ホップ」 14:00~16:00	
				女子会 14:00~15:30	交流会 (行橋ST) 14:00~15:30	
17	18	19	20	21	22	23
休み	サポステ塾 「ステップ」 10:00~12:00	グループW① 「面接に活かせるコミュニケーション講座」 14:00~16:00	社会人講話 「ポリテク説明会」 14:00~15:00 特別講座	春分の日	市民お助け隊 10:00~12:00	交流会 14:00~15:30
					サポステ塾「ホップ」 14:00~16:00	OBOG会 15:30~16:30
24/31	25	26	27	28	29	30
休み					サポステ塾 「ジャンプ」 10:00~12:00	
						

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、面接練習など行いを人前で発表する自信をつけていきます！

プレ就労体験 (職場実習 3/12 3/14 3/15)
本格的な就労体験前の簡単な就労体験です。作業時間は打ち合わせ時間を含め「約一時間」です。

グループワーク① 「面接に活かせるコミュニケーション講座」 (3/19)
「面接は、面接官との対話である」と捉え、より良い「面接官とのコミュニケーション」につながる「身だしなみ」「立ち振る舞い」「言葉遣い」などを知って、実践練習を行います。

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。

PC 講座 (3/6 3/27)
PC PC基礎 (ExcelやWordなど) をみんなで学びましょう！

社会人講話 (3/20)
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！

ホンの就職 (2/26 3/1 3/5 3/8 全4回)
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に挑戦してみよう。

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。

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。

let's チャレンジ!



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