

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3 心理相談・黒崎ST	4 心理相談	5	6	7 心理相談
休み	サポステ塾 「ステップ」 10:00~12:00				市民お助け隊 10:00~12:00	
8	9	10 心理相談・豊前ST	11	12 心理相談	13 行橋ST	14
休み	サポステ塾 「ステップ」 14:00~16:00 この日は午後からになります	サポステ塾 「ホップ」 14:00~16:00	パソコン講座 14:00~16:00 「ワード」	PC グループワーク 14:00~16:00	市民お助け隊 10:00~12:00	
15	16	17 心理相談・黒崎ST	18 心理相談	19	20 行橋ST	21
休み	敬老の日 	サポステ塾 「ホップ」 14:00~16:00	社会人講話 「ポリテク説明会」 14:00~15:00	ホンキの就職 14:00~15:30 「仕事力発見ワーク ショップ」	市民お助け隊 10:00~12:00 「職業適性検査」 14:00~15:00	交流会 14:00~15:30 OBOG会 15:30~16:30
22	23	24 心理相談・豊前・黒崎ST	25 心理相談	26	27 行橋ST	28 心理相談
休み	秋分の日 	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 交流会(黒崎ST) 14:00~15:30	パソコン講座 14:00~16:00 「エクセル」	PC サポステ塾 「ジャンプ」 10:00~12:00 女子会 14:00~15:30	市民お助け隊 10:00~12:00 グループワーク 14:00~16:00 交流会(行橋ST) 14:00~15:30	
29	30					
休み	サポステ塾 「ステップ」 10:00~12:00 サポステ塾 「ホップ」 14:00~15:00 					

※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。  
※面接にお越しの際は、面接予約時間の5分前までにお越しください。



**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、あいさつの仕方、言葉遣いやマナーなど、基本的な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)** : 世の中にはどのような働き方や仕事があるのかを学び、自分に合った働き方・仕事は何か? を考えましょう!

**ジャンプ (上級)** : 履歴書や職務経歴書などの作り方を学んだり、面接練習を行ったりする中で、自分の事を伝える自信をつけ、就職応募へ向けた準備を行いましょ!

**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。  
**ホンキの就職 (9/19)**  
「仕事力発見ワークショップ」  
面接における自己PRの作り方を学びましょう。

**社会人講話 (9/18)**  
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!  
**グループワーク「面接に活かせるコミュニケーション講座」(9/27)**  
「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。

**プレ就労体験 (職場実習 9/24・9/26・9/27)**  
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1時間」です。

**PC パソコン講座 (9/11 9/25)**  
PC基礎 (ExcelやWordなど) をみんなで学びましょう!

**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通して、前向きな気持ちを育てましょう。トランプなどのミニ交流会もありますよ!

**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。



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

☎093-5122-1871

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