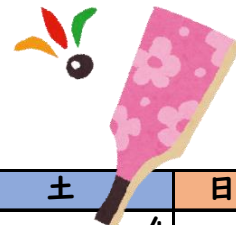




埼玉とうぶ若者サポートステーション

1月スケジュール



	火	水	木	金	土	日
12/30	12/31	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
		パソコン講座 ～基本～ 13:00～17:00 【越谷】	バイチャレ! 10:00～11:00 【越谷】 コミュニケーション 講座 11:00～12:00 【越谷】		適職診断 10:00～11:30 【春日部】 確認しよう労働法 13:00～14:00 【春日部】	休所日
13	14	15	16	17	18	19
休所日		パソコン講座 ～基本～ 13:00～17:00 【越谷】	バイチャレ! 10:00～11:00 【越谷】 コミュニケーション 講座 11:00～12:00 【越谷】		休所日	休所日
20	21	22	23	24	25	26
不安との つきあい方 13:00～14:00 【春日部】		パソコン講座 ～基本～ 13:00～17:00 【越谷】	バイチャレ! 10:00～11:00 【越谷】 コミュニケーション 講座 11:00～12:00 【越谷】		適職診断 10:00～11:30 【春日部】 聞き上手入門 13:00～14:00 【春日部】	休所日
27	28	29	30	31	2/1	2/2
みんなの知恵で ころをメンテ 13:30～15:30 【越谷】		事務職プチ体験 10:00～11:30 【越谷】 パソコン講座 ～Excel活用～ 13:00～16:00 【越谷】	バイチャレ! 10:00～11:00 【越谷】 コミュニケーション 講座 11:00～12:00 【越谷】	知っておきたい ビジネスマナー 13:00～14:00 【春日部】	休所日	休所日

発行：埼玉とうぶ若者サポートステーション 令和元年12月26日

電話：048-741-6583

住所：【春日部】埼玉県春日部市粕壁東1-19-14 ホワイトストーンハイツ1階

【越谷】埼玉県越谷市南越谷1-2876-1 越谷サンシティ1階

開所時間：月～土曜日（土曜日は第2,4のみ開所） 10:00～17:00

HP: <http://www.saposute.jp/saitamatoubu/index.html>



講座内容一覧

講座名	場所	内容
コミュニケーション講座	越谷	コミュニケーションゲームなどをやりながら、コミュニケーションをとる練習をします。コミュニケーションが苦手だ・・・、不安だという方におススメです。
バイチャレ!	越谷	いきなり正社員はハードルが高い・・・という方。まずはアルバイトから始めて見ませんか?そんなアルバイトにチャレンジするために必要なことを学びます。
聞き上手入門	春日部	コミュニケーションは話すことだけではなくありません。聞くこともコミュニケーションのとても大切な役割です。そんな聞き上手になるための基礎を学びます。
不安とのつきあい方	春日部	「考えすぎて動けなくなってしまった・・・」「なかなか一歩踏み出すことができない」など新しいことを始めるには不安がつきものです。そんな不安について考え方の一つを学びます。
知っておきたいビジネスマナー	春日部	働く上で必要なビジネスマナーを学びます。働いてから「こんな時、どう振舞ったらいいのだろう?」と迷わないためにも働く前に身につけましょう。
適職診断	春日部	キャリアインサイトというソフトを使用して適職診断を行います。「自分がどんな職業に向いているか分からない・・・」という方におススメです。
確認しよう労働法	春日部	働く前に知っておきたい労働法を学びます。就職してから「こんなはずじゃなかった・・・」と思わないためにも確認しましょう。労働法。
パソコン講座 ～基本～	越谷	Word.Excelの基本操作を学びます。これまで自分流でやってきた方、基本操作を改めて学びなおしたい方におススメです。(Office2016を使用します)
パソコン講座 ～Excel活用～	越谷	VlookupやIfなどの関数やピボットテーブルの使い方などを学びます。パソコン講座～基礎～修了者または、パソコン基本操作が可能な方が対象です。
事務職プチ体験	越谷	アンケート集計のなどのお手伝いをして事務職をちょこっと体験します。お仕事をされた経験が無い方、働く感覚を取り戻したい方におススメです。
みんなの知恵で心をメンテ	越谷	埼玉県立精神保健福祉センターとのコラボセミナーです。元気を回復するために心をメンテナンスする方法を持っていますか?本講座ではグループワークを通して心の健康を保つ方法を再確認します。
ストレスマネジメント	春日部	ストレスについて学びます。ストレスをため込んでしまう人、仕事を長く続けたい人におススメです。
職業人講話	越谷	現在、働いている人に働くまでの経験談を聞きます。どこから就職活動を始めた良いか悩んでいる方、参考になるかもしれませんよ。



※講座への参加はサポステの登録が必要です。
令和元年12月26日