



# 埼玉とうぶ若者サポートステーション 12月スケジュール



月	火	水	木	金	土	日
2	3	4	5	6	7	8
		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
9	10	11	12	13	14	15
		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
16	17	18	19	20	21	22
製造業界説明会 10:30～11:30 【越谷】	不安との つきあい方 13:00～14:00 【春日部】		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】	聞き上手入門 13:00～14:00 【春日部】	休所日	休所日
23	24	25	26	27	28	29
		事務職プチ体験 10:00～11:30 【越谷】 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】	知っておきたい ビジネスマナー 13:00～14:00 【春日部】	適職診断 10:00～11:30 【春日部】 ストレスマネジメント 13:00～14:00 【春日部】	休所日
30	31	1/1	1/2	1/3	1/4	1/5
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11月21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。
書類発送お手伝い	春日部	サポステ関係機関への書類発送のお手伝いをします。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。
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11月21日