



まつどサポステ6月就職準備WEBセミナー



	月 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6
WEB サポステ				面接練習 採用面接対策です。ロールプレイを交えながら面接のコツを掴んでいただけます。	(来所) マインドフルネス マインドフルネスって何?! マインドフルネスを実践/継続することで、ストレスへの耐性、集中力、幸福感などが高まると言われています。	
所外						
	8	9	10	11	12	13
WEB サポステ		サポステ説明会 サポステってどんなところ? ご利用前にご支援内容をご説明します。	PC講座① hour-of-codeに提供されたゲームで遊びながらプログラミングの基本を学びます。Web形式で講師が1対1もしくは1対2で説明をします。 PC講座② 同上		(来所) 一般職業適性検査 厚生労働省編一般職業適性検査(GATB)です。適性がある職業の傾向がわかります。	
所外						
	15	16	17	18	19	20
WEB サポステ	【職場の1日】 就職準備として「職場の1日」をロールプレイしながら体験していただけます。「職場で上手くやるコツ」を掴むヒントになると思います。	レットトライ (WEB) レットトライ!では簡単なホームページの作り方や、パソコンで知ってて便利な「いまさら聞けない機能」など、仕事にもプライベートにも役に立ちそうな情報を提供して一緒に学んでいきます(内容はお問い合わせ下さい) レットトライ (WEB) 同上	【年金講座】 年金の仕組み、受給条件など、知っていて得する情報をお知らせします。	面接練習 採用面接対策です。ロールプレイを交えながら面接のコツを掴んでいただけます。	(来所) 一般職業適性検査 厚生労働省編一般職業適性検査(GATB)です。適性がある職業の傾向がわかります。	まつサポ コミュニティー サポステOB、利用者さん、スタッフの交流の場です。ゆったりとした時間を過ごしていただけます。
所外						
	22	23	24	25	26	27
WEB サポステ		(来所) 一般職業適性検査 厚生労働省編一般職業適性検査(GATB)です。適性がある職業の傾向がわかります。 サポステ説明会 サポステってどんなところ? ご利用前にご支援内容をご説明します。	【経営者による面接対策】 経営者の目線から、採用したいと思う人材はどんな人?!採用する立場で面接で見るポイントをお話しいただけます。	PC講座③ hour-of-codeに提供されたゲームで遊びながらプログラミングの基本を学びます。Web形式で講師が1対1もしくは1対2で説明をします。 PC講座④ 同上	【生活習慣セルフチェック】 体調管理には生活リズムをつかむことが大切です。睡眠と食事の関連性など心身の健康作りのヒントをお伝えします。	【家族相談】 第3者に相談することにより、気持ちが楽になることは良くあります。利用者さんご家族からのご相談をお受けします。
所外					農業体験 定員:4名 10:00~12:00	
	29	30	1	2	3	4
WEB サポステ		脳の活性化運動 (シナプソロジー) 「指さき体操」で脳を健康 【自分の強みを見つけよう】 誰かが強みをもっています! SST(ソーシャルスキルトレーニング)を通して自分の強みを見つけましょう			↑ 癒しとほっこり農業体験! 松戸市で無農薬野菜を作っているご夫婦の農園で、種まき、手入れ、収穫、袋詰めなどを体験していただけます。	
所外						