

まつどサポステ1月就職準備セミナー



	月 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6
所内				ハローワーク 出張相談 10:00~12:00		【公開】 サポステ説明会 10:30~11:00
	8	9	10	11	12	13
所内	祝日		PC基礎講座 10:00~12:00 PC基礎講座 13:00~15:00			
所外		ハローワーク出張相談 13:00~15:00	一般職業 適性検査 勤労会館:会議室A 10:00~11:00	朗読の時間 勤労会館:会議室A 10:00~12:00 ハローワーク出張相談 10:00~12:00	不安・緊張 の扱い方 勤労会館:会議室B/C 10:00~12:00	
	15	16	17	18	19	20
所内	PCアドバイス 10:00~12:00 PCアドバイス 13:00~15:00		PowerPoint実践講座 10:00~16:00	ハンドメイド教室 10:00~12:00 【公開】 サポステ説明会 13:30~14:00		
所外		一般職業適性検査 勤労会館:会議室A 10:00~11:00 ディーキャリア出張講座 自分の困りごと 対策セミナー① 勤労会館:会議室B/C 13:00~15:00 鎌ヶ谷出張相談 13:00~16:00	ディーキャリア出張講座 自分の困りごと対策 セミナー②作業体験 勤労会館:会議室B/C 13:00~15:00 ハローワーク出張相談 10:00~12:00	農業体験 綾善farm 10:00~12:00 ハローワーク出張相談 10:00~12:00	【公開】 家族のための 就職講座 勤労会館:会議室B/C 14:00~16:00	「アサーション～爽やかな自己主張～」 …意思や気持ちを率直に伝える… 勤労会館:会議室B/C 13:00~15:00
	22	23	24	25	26	27
所内	職場の一日 ～メモの取り方～ 10:00~12:00 はじめてでもできる プログラミング講座 13:00~16:00		PC基礎講座 10:00~12:00 PC基礎講座 13:00~15:00		行動活性化 セミナー 10:00~12:00	
所外		【公開】 企業説明会 勤労会館:会議室B/C 10:00~12:00 ハローワーク出張相談 13:00~15:00	一般職業 適性検査 勤労会館:会議室A 10:00~11:00	睡眠のお話し 勤労会館:会議室B/C 10:00~12:00 所外ジョブトレ パンフレット作成 【HW松戸5F】 10:00~12:00 13:00~15:00 ハローワーク出張相談 10:00~12:00	所外ジョブトレ パンフレット作成 【HW松戸5F】 10:00~12:00 13:00~15:00	まつど合同企業 説明会 商工会議所本館 13:30~16:30
	29	30	31	 <p>セミナーの内容を 変更・中止させて いただくことがあります。 予めご了承ください。</p>		
所内	報連相 仕事の進め方 10:00~12:00 面接対策 13:00~15:00	PC基礎講座 10:00~12:00 PC基礎講座 13:00~15:00	就職活動の マナー 10:00~12:00 経営者による 面接対策 13:00~15:00			
所外		一般職業適性検査 勤労会館:会議室A 10:00~11:00				
	スペシャルセミナー	公開・企業説明会・サポステ説明会等	キャリア	自己理解・コミュニケーション	PC等	職業適性検査

セミナー名	内容		
スペシャルセミナー	職場の一日 メモの取り方	就職準備として「職場の1日」をロールプレイを交えながら体験します。仕事に役立つメモの取り方の参考例もお伝えします。「職場で上手くやるコツ」を掴むヒントになると思います。	
	報連相 仕事の進め方	職場にスムーズに溶けこみ、信頼を勝ち取るために「ホウレンソウ」を身につけましょう。	
	面接対策	面接時のマナーや受け答えのコツをロールプレイングを交えながら学んでいく講座です。	
	就職活動のマナー	就職面接会に参加する心構え、服装、あいさつ等の基本的なマナーを確認しましょう。	
	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？ 採用する立場から面接で見るポイントを伺います。	
公開・企業説明会等	【公開】サポステ説明会	サポステの利用を検討中の方やそのご家族、関係機関の方を対象に利用方法・メニューをご説明します。お気軽にご参加ください。ご希望に応じて個別相談も受けられます。	
	農業体験	松戸市で無農薬野菜を作っている農園で、種まき、手入れ、収穫、袋詰めなどを体験します。(季節や天候によって内容は異なります)詳細はチラシをご確認ください。	
	【公開】家族のための就職講座	専門学校や短大、大学生の保護者、既卒で未就職状態の若者の保護者を対象としたセミナーです。セミナー後に個別相談もできます！	
	【公開】企業説明会	2社の企業をお招きし業界の話、募集している求人内容、企業理念などについてのお話を伺います。人事担当者から直接話を聞けるチャンスです。(内容が変更となることがありますので予めご了承ください)	
	まつど合同企業説明会	松戸市に本社又は事業所がある企業が数十社出展する合同企業説明会です。まつどサポステも相談コーナーを設置します。松戸商工会議所本館にて開催されます。	
キャリア	ディーキャリア出張講座 自分の困りごと 対策セミナー①②	就労移行支援事業所ディーキャリア新松戸officeの方をお招きし、働く前の不安を解消するためのセミナーを実施します。自己理解を深め職場での実践を学ぶセミナーです。1/16、1/17全2回出席できる方が対象です。②では事務作業訓練の体験をしていただきます。	
	所外ジョブトレ パンフレット作り	2/7、2/8に実施される就職面接会当日に配布するパンフレットの作成をします。モクモクコツコツ作業がお好きな方集まれ！	
自己理解・コミュニケーション	朗読の時間	仲間と一緒に声を出して本や詩を読んでみましょう。言葉を伝え合うこと、表現することの楽しさを味わい、毎日を心豊かに過ごすきっかけを作りましょう。	
	不安・緊張の扱い方	人前で意見を言うと注目されている気がして…等の社交場面での困り事についての対処方法を学びます。	
	ハンドメイド教室	立体的な仕掛けが生み出す驚きや感動をお届け！ プレゼントにも最適な飛び出すカードを作ってみよう！	
	「アサーション～爽やかな自己主張～」 …意思や気持ちを率直に伝える…	会社と社員を元気にする！”教育コンサルタント・研修講師” CDIスキルアップコースの指導講師でもある福田徹氏を迎えて、職場や人との関わりの中で自分の気持ちを上手に伝えるコツを掴みましょう。 準備できる方は、生活の中で起こった(起きそうな)ケース 「誘いを断る」「面倒なことをお願いする」「提案に意見を言う」等、“こんな時どう伝えたら良いか？”をご用意ください	
	睡眠のお話し	体調管理には生活リズムを整える事が大切です。 睡眠と食事の関連性等、心身の健康作りのヒントをお伝えします。	
行動活性化セミナー	落ち込む気持ちは、まず行動から見直してみよう。じっくり生活に向き合い、見直すことで気持ちをコントロールします。すぐ実践できる方法を学びましょう！		
PCセミナー	PC基礎講座	Word、Excel、PowerPoint、それぞれ基礎と応用を自習形式で学べます。	・タッチタイピングから始めたい方 ・応募書類の作成サポートを受けたい方
	PCアドバイス		・タッチタイピングから始めたい方
	PowerPoint実践講座	誰かに伝える為には、解りやすく伝える事が大切です。 PowerPointのスキルを身に付けて提案力を高めよう！	
	はじめてでも出来るプログラミング体験	お掃除ロボットやミニカーをプログラミングで動かしてみよう！やさしいプログラミングでお掃除ロボット「サポ丸君」やミニカー「サポルシェ」を動かしてみます。	
検査	一般職業 適性検査	適性のある職業の傾向や職業を選ぶ時のヒントが得られる検査です。 音声のガイダンスに従いながら行います。(定時開始のため、10分前集合です)	

*上記セミナーに関心または参加してみたいと思われた方、下記までお電話ください。

*参加には利用登録が必要です。対象者は15歳～49歳までの方です。

(登録時に無業の方、週20時間未満で就労中の方が対象です。学生の方は基本的にご利用できません。)



～厚生労働省委託事業・松戸市連携事業～

まつどサポステ

(まつど地域若者サポートステーション)

松戸市松戸2060 松戸商工会議所 別館2階

TEL:047-703-8301

月～土(祝休み)9:30～17:00(受付16:30迄)

HP:https://matsudo-saposute.net/

