

まつどサポステ9月就職準備セミナー

	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7
午前			ハローワーク出張相談 PC基礎講座 10:00~12:00	ハローワーク出張相談 一般職業 適性検査 10:00~11:00	ストレス マネジメント 10:00~12:00	【公開】 サポステ 説明会 10:30~11:00
午後		事務体験 名刺データ入力 13:00~15:00	PC基礎講座 13:00~15:00	城東職業能力開発センター 説明会&体験会 14:00~16:00	コミュニケーション ゲーム& フリートーク 13:00~15:00	
午前	9	10	11	12	13	14
午後				ハローワーク出張相談 一般職業 適性検査 10:00~11:00		
午前	雑談力UPで 自分力UP 10:00~12:00	仕事場面講座 10:00~12:00	PowerPoint 実践講座 10:00~16:00			
午後		ハローワーク出張相談 自己PRのコツ 12:50~16:00		はじめてでもできる プログラミング講座 13:00~16:00		
午前	16	17	18	19	20	21
午後	祝日	ハンドメイド教室 10:00~12:00	ハローワーク出張相談 農業体験 9:30~11:30	ハローワーク出張相談	行動活性化 セミナー 10:00~12:00	
午前		鎌ヶ谷出張相談	【公開】 サポステ説明会 13:30~14:00	【公開】 職業興味から 見えてくる業種理解 ハローワーク5F 13:30~15:30	一般職業 適性検査 13:00~14:00	まつサポ コミュニティ 13:00~15:00
午後	23	24	25	26	27	28
午前	祝日	報連相 仕事の進め方 10:00~12:00	PC基礎講座 10:00~12:00	睡眠のお話し 10:00~12:00	不安・緊張の 扱い方 10:00~12:00	
午後	【公開】松戸市就職 マッチングイベント アートスポットまつど 10:30~12:30	ハローワーク出張相談	PC基礎講座 13:00~15:00	一般職業 適性検査 13:00~14:00	自分の強みを 見つけよう! 13:00~15:00	
午後	【公開】松戸市就職 マッチングイベント アートスポットまつど 14:00~16:00	面接対策 13:00~15:00				
午後	30	<div style="border: 2px dashed black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>「PC常設コーナー」</p> <p>応募書類作成、PCスキルアップに利用可能予約制 詳細はお問合せください</p> </div>				 <p>←最新情報は こちらをCHECK セミナーは変更・中止の可能性が あります。あらかじめご了承ください。</p>
	公開・企業説明会等	キャリア	自己理解・コミュニケーション	PC等	適性検査	

他の利用者の声は
こちらから➡



<利用者の声>

サポステを利用して就職した先輩から寄せられたメッセージです。

Q サポステの利用者やこれから来所する皆さんへ一言

孤独になりがちな就職活動ですが、サポステに通う事で就職活動をすることができました。色々なセミナーを体験してみたい。

2024年7月 20代男性

Q サポステで役に立ったことは？

気軽に相談できて、楽しかったです。親身になって話を聞いていただけるとても良いです。

2024年6月 30代女性

Q サポステで役に立ったことは？

担当の方との面談やセミナー、職場見学、体験を通じて就職するまで、また就職後も手厚くサポートしてもらえる場所です。就活や転職活動が上手いかわからない方は一度相談してみることをおすすめします。

2024年4月 20代男性

お問い合わせ・お申し込みは、HPまたはお電話でまつどサポステまで ※詳細は裏面をご覧ください。

セミナー名	内容												
城東職業能力開発センター 説明会&体験会	「急がば学べ」就職への選択肢の1つとして職業訓練校があります。モノづくりの訓練校である城東職業能力開発センター(綾瀬駅から徒歩5分)に行き、講師より訓練校の説明と実際の授業の一部を体験させて貰えます。												
【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。												
【公開】職業興味検査から 見えてくる業種理解 inハローワーク5F	利用登録なしで参加できる公開セミナー「職業興味検査」です。質問に答えるだけで、あなたの職業への興味タイプが分かります。各々のタイプについてキャリアコンサルタントが解説します。												
【公開】松戸市就職 マッチングイベント inアートスポットまつど	松戸市に本社又は事業所がある会社の採用担当者と仕事内容や必要とされる人材についてのお話を聞くことができます。まつどサポステは出張相談ブースを出展しています。 【申込先】0120-953-403 ヒューマンアカデミー(株) 松戸市キャリア支援プログラム運営事務局												
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) 【持ち物】①ビニール手袋②汚れてもいい服装と靴③帽子④飲み物												
【公開】職業興味検査から 見えてくる業種理解 in鎌ヶ谷市役所	鎌ヶ谷市主催、印西市・白井市共催の利用登録なしで参加できる就職支援セミナーです。今後のキャリアの方向性を考える機会として是非ご活用ください。個別相談(要予約)可。 (場所:鎌ヶ谷市役所本庁舎B1F「団体研修室」新鎌ヶ谷駅より徒歩7分、市役所駐車場有り)												
事務体験 (名刺データ入力)	データ入力のお仕事をやってみたい方、一度体験してみませんか? 参加対象:タッチタイピングが可能な方												
雑談力UPで自分力UP	雑談は人と打ち解ける第一歩ですが、話題に困っている方も多いのでは?! 悩み解決のヒントをお伝えします。												
キャリア 仕事場面講座	「職場でこんな時どうする?」を相談員2名も参加者としてトライします。各職場の社風・ルールもあり、答えは何通りもありますが、より良い対応と一緒に考えてみませんか。今回は自分ではなかなか見ることができない”外から見た自分”を動画で確認してみることにチャレンジします。												
自己PRのコツ	面接ロールプレイングを交えながら面接官の気持ちを引き付ける面接力を身に付けます。												
報連相・仕事の進め方	職場にスムーズに溶けこみ、信頼を勝ち取るむために「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。												
自分の強みを見付けよう!	誰もが強みを持っています!ワークシートと対話を通じて自分の強みを見つけましょう。												
ストレスマネジメント	日々のストレスと上手に付き合う方法を学びましょう。仕事や生活の中で感じているストレスは知らずに心身に影響を及ぼします。対処法を学びセルフケアをしていきましょう。												
コミュニケーションゲーム &フリートーク	前半:全員参加型で簡単に楽しめるコミュニケーションゲームをいくつか用意しています。 後半:参加メンバーでフリートークしましょう。												
ハンドメイド教室	グルーガンを使用してフェルト製のオーナメントを作成します。												
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。すぐに実践できる方法を学びましょう!												
まつサポコミュニティ	【ヘルスツーリズムのすすめ】知らない街を訪ねてみたい。素敵な景色を見たい。旅は計画するだけでも幸せホルモンがでるそうです。今月のコミュニティは、旅の計画方法について共有します。皆さんそれぞれの旅を計画してみましょう。												
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。												
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。												
PC セミナー	<table border="1"> <tr> <td>PC基礎講座</td> <td>Word、Excel、PowerPoint、それぞれ基礎と応用を自習形式で学べます。</td> <td>・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</td> </tr> <tr> <td>PCアドバイス</td> <td></td> <td>・タッチタイピングから始めたい方</td> </tr> <tr> <td>Let'sトライ PowerPoint</td> <td>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!【持ち物】USB</td> <td></td> </tr> <tr> <td>はじめてでもできる プログラミング講座</td> <td>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。</td> <td></td> </tr> </table>	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	Let'sトライ PowerPoint	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!【持ち物】USB		はじめてでもできる プログラミング講座	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。	
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											
Let'sトライ PowerPoint	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!【持ち物】USB												
はじめてでもできる プログラミング講座	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 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。												

*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/>

