

まつどサポステ12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 【公開】 ジョブサーチ ~求人検索徹底研究~ 10:00~12:00		
午後			PC基礎講座 13:00~15:00	一般職業 適性検査 14:00~15:00	簡単!ゲームで コミュ力UP 13:00~15:00	【公開】サポステ 説明会 13:30~14:00
	9	10	11	12	13	14
午前	苦手・失敗を 受け入れて 未来へのスタート 10:00~12:00	勇者の旅①② 10:00~15:00	一般職業 適性検査 11:00~12:00	ハローワーク出張相談 PCアドバイス 10:00~12:00	行動活性化 セミナー 10:00~12:00	
午後	AIで簡単! 志望動機を 作ってみよう! 13:00~15:00	ハローワーク出張相談	【公開】 EC入門~電子商取引に ついて知ってみよう~ 13:00~16:00	PCアドバイス 13:00~15:00		
	16	17	18	19	20	21
午前			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 一般職業 適性検査 11:00~12:00		
	【公開】 サポステ説明会 10:30~11:00	勇者の旅③④ 10:00~15:00	Excel 実践講座 10:00~16:00			
午後		鎌ヶ谷出張相談		【公開】 職業興味検査 から見えてくる 業種理解 ハローワーク5F 13:30~15:30		まつサポ コミュニティ 13:00~15:00
	23	24	25	26	27	28
午前	PC基礎講座 10:00~12:00	一般職業 適性検査 11:00~12:00	モチベーションアップ 10:00~12:00	ハローワーク出張相談	不安・緊張の 扱い方 10:00~12:00	
午後	PC基礎講座 13:00~15:00	ハローワーク出張相談 勇者の旅⑤ 13:00~15:00	簡単!スマホで動画 編集を楽しもう! 13:00~16:00	長所再発見 プログラム 13:00~15:30		
	30	31	 ←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。			
	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

「PC常設コーナー」

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

サポステ利用登録のおススメ!

サポステは、働くことに悩みがある15歳~49歳までの方の就職支援をしている公的な就労支援機関です。

- ◆豊富なラインナップの就職準備セミナーを全て受講可能
- ◆連携企業にて職場見学や1日~1週間の仕事体験ができます
- ◆担当の相談員が就職までサポートします

〈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 サポステに来る前と現在とで大きく変わったことは?

工場見学をさせてもらった事により、いろんな現場を見ることが出来て勉強になりました。「職業適性検査」を受けたことで自分の適性に合った職種を知ることが出来ました。

2024年9月 (30代男性)

Q サポステの利用者やこれから来所する皆さんへ一言

合う合わないはあるかと思いますが、自分のペースで仕事探しが出来ると思います。労働に関する問題を、自分一人や家族の中だけで対処するのはおススメできません。第三者の目としてサポステは利用できると思います。

2024年9月 (40代男性)

セミナー名	内容		
公開・企業説明会等	【公開】 ジョブサーチ ～求人検索徹底研究～	契約、派遣、正社員、アルバイト・パート…自分に合った働き方や、どんな分野でどんな求人があるのか…。膨大な「求人情報」の中から自分にフィットした求人、出会いたかった求人にたどり着くには？効果的な求人検索方法について取り組んでみませんか？	
	【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】 EC入門 ～電子商取引について知ろう～	アマゾン、メルカリ、ヤフオク…一度は耳にした事があるはず。インターネットを介して販売されているってどんな仕組みなのか学んでみましょう。	
	【公開】 職業興味検査から 見えてくる業種理解 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。	
体験等	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	
キャリア	苦手・失敗を受け入れて未来へのスタート	自分の苦手・失敗を受け入れて、対処できることは工夫しつつ、得意なことを見つけて又は磨いていけば、新しくチャレンジできることが見つかるのではないのでしょうか。未来へスタートを切るヒントをお伝えするセミナーです。	
	AIで簡単！ 志望動機を作ってみよう！	生成AIを使って志望動機を手軽に作成する方法を学びます。AIの力で、難しい志望動機も効率的に仕上げるコツをお伝えします。実際にパソコンを操作しながら体験します。	
	モチベーションアップ	モチベーション(意欲・やる気)がテーマです。自分とはどんな時にやる気が出るのか、どうすれば意欲が高まるのか、簡単なワークを通じて一緒に考えていきましょう。	
自己理解・コミュニケーション系	簡単！ゲームでコミュ力UP	”ゆる～く楽しく”をモットーに、気軽に参加できるカードを使ったゲームなどをやってみます。参加メンバーのリクエストに応えながら過ごす時間です。	
	勇者の旅	一人一人の考え方や感じ方を大切に、気持ちと上手に付き合っていくコツを楽しく学ぶ講座です。全5回全て参加できる方が対象です。	
	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ましょう。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	12月といえばクリスマスや年末年始とウキウキする楽しいイベントが盛りだくさんですね！ですが…忘れてはいけないのが「大掃除！」自分にあった整理整頓術を見つけてみましょう。片付け方のヒントになるかも？	
	長所再発見プログラム	仲間と一緒に「気持ち」を知り「らしさ」を発見し合うセミナーです。「はじめの一步」を踏み出すヒントを得よう！	
	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。	
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
	Excel実践講座	Microsoft officeのExcelを活用し授業のように皆で一斉に進めていきます。与えられた数値データを整理し分かりやすくまとめる実践講座です。USBの持参をお願いします。	
	3次元CADの基礎知識	専門家と一緒に「solidworks」というソフトを用いて、3次元CADの体験ができます。興味のある方、その世界を覗いてみませんか。	
	簡単！スマホで動画編集を楽しもう！	今や動画編集が当たり前？あなたの手の中スマホのアプリで気軽に動画を作っちゃおう。あなたも今日からクリエイター！！？ 動画編集アプリ[VITA]を予めご自身の携帯電話にダウンロードしておいてください。	
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。	

*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-saposte.net/

