

2025
7

まつどサポステ 就職準備セミナー



Mon Tue Wed Thu Fri Sat

	1 13:00-15:00 就職面談会準備セミナー 秘書検定から学ぶ ビジネスマナー	2 10:00-12:00 ハローワーク出張相談 10:00-12:00 3次元CAD基礎講座 入門編	3 10:00-12:00 ハローワーク出張相談 10:00-12:00 行動活性化セミナー	4	5 【公開】 13:30-14:00 サポステ説明会
7 10:00-12:00 メタバースと その活用について	8 10:00-15:00 勇者の旅①② 【公開】 10:00-11:50 非正規・無業から 正社員になるには in ハローワーク5階	9 10:00-12:00 ハローワーク出張相談 11:00-12:00 一般職業適性検査 13:00-15:00 EC入門～電子取引 について知ってみよう～	10 10:00-12:00 ハローワーク出張相談 13:00-15:00 就職面談会準備セミナー 企業研究と 志望の動機	11	12 10:00-12:00 PC基礎講座(お) 13:00-15:00 PC基礎講座(お)
14 10:00-12:00 PC基礎講座(み) 13:00-15:00 PC基礎講座(み)	15 10:00-15:00 勇者の旅③④ 13:00-16:00 鎌ヶ谷出張相談	16 10:00-12:00 ハローワーク出張相談 10:00-16:00 PowerPoint 実践講座	17 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 【公開】 13:30-15:30 職業興味検査から 見えてくる適職探索 in ハローワーク5階	18 【ハローワーク松戸主催】 10:30-12:00 13:30-15:00 就職面談会 in アートスポットまつど	19 【松戸市主催】 13:00-17:00 まつど 合同企業説明会 in 商工会議所本館
21 CLOSED	22 11:00-12:00 一般職業適性検査 13:00-15:00 勇者の旅⑤	23 10:00-12:00 ハローワーク出張相談 10:00-12:00 PC基礎講座(お) 13:00-15:00 PC基礎講座(お)	24 10:00-12:00 ハローワーク出張相談 【公開】 13:00-16:00 履歴書の写真 講話&撮影会	25 10:00-12:00 ハンドメイド教室	26 【公開】 10:00-12:00 ハラスメントを 知るう 【公開】 13:00-15:00 マネープラン アイデア
28 10:00-12:00 習慣をつくる 13:00-15:00 モチベーションアップ	29 10:00-12:00 話の聴き方 【公開】 13:30-14:00 サポステ説明会	30 10:00-12:00 ハローワーク出張相談 13:00-16:00 簡単！スマホで動画 編集を楽しもう！	31 10:00-12:00 ハローワーク出張相談 13:00-15:00 自分の困りごと 対策セミナー 〈自己理解編〉	8/1 13:00-15:00 自分の困りごと 対策セミナー 〈ワーク編〉	8/2  スケジュールは変更の可能性が あります。最新情報はHPで！

お申込み
お問合せ

サポステ 厚生労働省委託事業 / 松戸市連携事業

まつどサポステ ☎ **047-703-8301**

まつど地域若者サポートステーション 月～土(祝日休み) 9:30～17:00
松戸市松戸2060 松戸商工会議所別館2階 (受付は16:30迄)



* 公開セミナーを除くすべてのセミナーの参加には、利用登録が必要です。対象は15歳～49歳の方で、登録時に無業または週20時間未満の就労者に限ります。なお、学生の方は原則ご利用いただけません。

登録なしで参加OK【公開セミナー】

職業興味検査から 見えてくる適職探索

簡単な質問に答えるだけで、あなたの職業に対する興味の傾向や、どんな仕事が自分に合っているかが見えてきます。これからの働き方を考えるヒントが見つかります。

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・メニューについて説明します。

就職面談会 場所：キテミテマツド9F アートスポットまつど
夏の正社員就職応援プロジェクトとして、松戸市近隣の企業10社が出展します。入場無料・服装自由・履歴書不要・予約優先となります。

非正規雇用・無業から 正社員になるには

漠然と求職を考えているあなた。正社員になるにはコツがあります。求人サイトの使い方、企業の選び方、志望動機の書き方等を学びます。皆さんと一緒に考えていくセミナーです。

ハラスメントを知ろう

それがハラスメントなのかどうか？自分がしないようにするには？自分が受けたらどうしたら良い？一緒に考えてみましょう

履歴書の写真 講話&撮影会

人物写真家 小櫻氏をお招きし、職業人講話と撮影会を行います。カメラマンの視点から好印象を与える履歴書の写真について学び、実際に写真撮影をします。
【持ち物】①USBフラッシュメモリー

マネープラン・アイデア

お金の事を少し考えてみるだけでお金の付き合ひ方が変わるかも知れません。将来の為に自分の事について考えよう！

まつど合同企業説明会 場所：松戸市商工会議所 本館5F
松戸市に本社もしくは事業所のある企業約40社が出展します。参加無料・入退場自由・服装自由・企業ブース5社以上の訪問で特典があります。

キャリア関連セミナー

就職面談会準備セミナー

秘書検定から学ぶビジネスマナー

秘書検定＝秘書スキルの証明資格と思いませんか？実は、社会人としての基本知識が学べ証明できる資格なのです。問題を解きながら、オフィススキルも身につけましょう！

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。

EC入門～電子商取引について知ろう～

インターネットを使った販売の仕組みを学びます。自宅にあるものでもハンドメイド作品でも販売の仕組みを知って試してみませんか？

自分の困りごと対策セミナー 講師：就労移行支援事業所ディーキャリア新松戸Office

働く前の不安を解消するために、自己理解を深め職場での実践を学びます。2日間の参加がお勧めですが、1日のみでも参加していただけます。

<自己理解編> 事例を通した個人ワークをしながら自己理解を深め、不安を解消していくセミナー
<ワーク編> グループでの作業を通して、得意・苦手や仕事の進め方を知る実践型セミナー

就職面談会準備セミナー

企業研究と志望の動機

求人票から読み取れる情報や注目すべきポイント、企業ホームページでの調べ方を学びましょう。企業研究を進めて、就職面談会や企業説明会への参加準備を整えましょう。

PC・ITスキルアップ

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や応募書類の作成サポートを受けたい方もOKです。

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！
【持ち物】USBフラッシュメモリー

3次元CAD基礎講座 入門編

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？あなたの手のスマホのアプリで気軽に動画を作っちゃおう。
【VITA】を自身のスマホにダウンロードしておいてください。

働くために心身を整える

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！

不安・緊張の扱い方

人前で話す注目されている気がして…そんな社交的な場面での不安や緊張にどう向き合うか、気持ちの整理のしかたや対処法を学びます。

話の聴き方

同じ話を聞いても受け取り方は人それぞれ。他の人の話を、思い込みなくフラットな気持ちで聴くには？一緒に学びましょう！

一般職業適性検査

いろいろな仕事に必要とされる代表的な能力を数値化して、自分に向いている職業の傾向を知るための検査です。どんな仕事に向いているのかを考えるヒントになります。

メタバースとその活用について

メタバース空間で自分らしく過ごせる若者の居場所「めたばーす4U」を紹介します。自分のアバター（分身）もつくってみませんか？ちょっと体験してみたい人も大歓迎です。

自分のアカウントでやりたい方は【Cluster】をダウンロードし、アカウントを作成しておいてください。

ハンドメイド教室

デザインナイフを使って、色々な切り絵を楽しみましょう。型があるので初めての方も安心です。細かいデザインにも挑戦できます。

勇者の旅①～⑤（全5回セミナー）

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。

習慣をつくる

「3日坊主」誰しも経験をしたことがあるのではないのでしょうか。3日坊主はなぜ起こるのか…新しい習慣をつくる時に体の中ではどんな変化があるのでしょうか。いつもとは違う視点から習慣について見つめます。

ハローワーク出張相談/鎌ヶ谷出張相談

サポステのキャリアコンサルタント等の専門家がハローワーク松戸と鎌ヶ谷市役所に出張して個別相談を行います。予約優先ですが、空きがあればご相談可能ですので、ブースを覗いてみてください。お電話でご予約もできますので、お気軽にお問い合わせください。



お申込み
お問合せ

サポステ 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

☎ 047-703-8301

月～土（祝日休み）9:30～17:00
（受付は16:30まで）