

5月の講座スケジュール

対象
15～39歳
無料
予約制

日	月	火	水 1	木 2	金 3	土 4
休館日			休館日	休館日	休館日	休館日
5	6	7	8	9	10	11
休館日	休館日	出張相談 就活スタート (平塚)※	面接のコツ 基礎講座 10:30～12:00	動物ITがらみで 自分を知ろう 10:30～12:00		休館日
12	13	14	15	16	17	18
休館日	職業適性を 知ろう (GATB) 10:00～11:00	仕事検索の 秘訣を知ろう ～ハローワーク～ 14:00～16:00	ビジネス文書の 作り方講座 ～Word編～ (平塚)※ 10:00～16:00	PC講座 Excel① (平塚)※ 10:00～16:00	PC講座 Excel② (平塚)※ 10:00～16:00	就活セミナー ～書類編～ 10:30～12:00
		出張相談 (平塚)※			就活スタート 講座 10:30～12:00	就活セミナー ～面接編～ 13:00～15:00
19	20	21	22	23	24	25
休館日	ライフスタイル とお金のABC 10:30～12:00	コミュニケーション講座 「伝える」ための コツを見つける 10:30～12:00	働く現場を 見てみよう！ 職場見学ツアー※ 10:00～15:30	ワンデーアグリ 9:30～12:00	ビジネスマナー 講座 10:30～12:00	休館日
	働く上での セルフケア ～ストレスとのつき あい方～ 13:30～15:00	出張相談 職業適性 就活スタート (平塚)※		事務職はじめて 講座 (小田原)※ 13:30～16:30		
26	27	28	29	30	31	
休館日	ビジネス講座 (ハウレンソウ) 10:30～12:00	出張相談 (平塚)※		就活スタート 講座※ 10:30～12:00		休館日
				職業適性を 知ろう (GATB)※ 13:00～14:00		

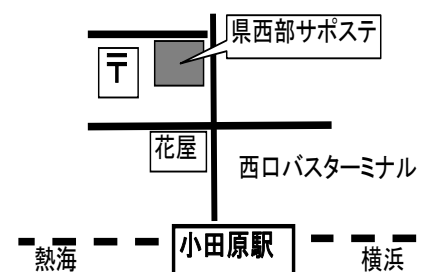
まずはお電話ください
☎0465-32-4115

お問い合わせ時間：平日10:00～17:00

住所：小田原市城山1-6-32 Sビル2F

<http://kanagawa-nishi-suppоста.com/>

対象者：15～39歳の、これからお仕事を探そうと思っている方。



※印の付いた講座は開催場所が異なりますのでご注意ください。

講座一覧表

神奈川県西部地域若者サポートステーション

就活準備プログラム

これから就職活動を始める方にお勧めの講座です。就職活動の最初のステップは「自分を知ること」です。自分にあった職業はなんだろう？そもそもどんな職業があるの？社会人として知っておかなきゃいけないルールってあるのかな？そんな疑問を一緒に考えていくのが就活準備プログラムです。

就活スタート講座	就職活動のスタートにお勧めしている講座です。あなたがどのような仕事に興味や関心を持っているのかをワークシートを用いて分析します。 【テキスト：職業レディネステスト/ストレングスカード】
動物エゴグラムで自分を知ろう	自分の心の中には5匹の動物が住んでいる？！動物エゴグラムで自分の心のはたらき方を理解し、友人・家族・これから出会う人たちとの、楽しく良好なコミュニケーションのヒントを学んでみませんか。
職業適性を知ろう	仕事をするうえで必要とされる代表的な7種の能力を測定することにより、どのような職業に適性があるかを分析していく講座です。【テキスト：厚生労働省編一般職業適性検査（GATB）】
仕事検索の秘訣を知ろう ～ハローワーク～	検索サイトでの仕事の絞り込みに苦労した経験はありませんか？この講座では、ハローワークの検索サイトを題材に、仕事検索のコツを学びます。座学終了後は、ハローワーク小田原に移動し、実際に検索機を使って仕事検索をします。※随時開催します。参加ご希望の方はお問い合わせください。
働く上でのセルフケア (ストレスとの付き合い方)	毎日の生活、仕事のなかで溜まっていくストレス。そもそもストレスとは何モノなのでしょう。この講座では「セルフケア」の具体的な方法を学び、ストレスとの上手な付き合い方を身につけます。（講師：就労移行支援事業所「りんく」生活支援員）
コミュニケーション講座	自分のことも相手のことも大切にする自己表現をトレーニングする講座です。正直な気持ちや考えが、場にふさわしい方法で表現されるコミュニケーションを目指します。
ビジネスマナー講座	応募先への電話の掛け方、正しい敬語、挨拶の仕方を身につける実践講座です。面接の前に、基本的なビジネスマナーを学んでみませんか。
働く現場を見てみよう！ 職場見学ツアー	どんな人が、どんな格好で、どんな仕事をしているか、気になりませんか？普段見ることのできない施設やお店の裏側を見学します。
ワンデーアグリ	田んぼや畑で作業をしながら、生活すること、働くことの基本を学びます。「土に触れ」「汗をかき」「自然の中で過ごす」ことで自分らしさをみつけてみませんか。

就活実践プログラム

就活準備が整ったら、いよいよ実践的な就職活動のスタートです。キャリアコンサルティングを受けながら、社会人としての知識、求人との絞り込み方、履歴書の書き方、面接対策など応募に向けた力を付けていくプログラムです。

面接のコツ基礎講座	面接において大切なことは、自分という人間を正しく伝えること。そのためには、これまでの経験を掘り起こし、自分の強みを見つけ出す作業が必要です。具体的な手段を学び面接対策に活かしましょう。
ビジネス講座 (ハウレンソウ)	社会人としての基本的な「報告・連絡・相談」のやり方、仕事に取り組む姿勢など、社会人としてのスキルを身に付けます。
ライフスタイルとお金のABC	働くにあたっての生活費、年金、税金など、必要なお金の出入りを分かりやすく学んでいきます。
就活セミナー (書類編)	履歴書、職務経歴書のどこがポイントなのか、基本的な考え方を学びます。
就活セミナー (面接編)	不安な面接を突破するために、模擬面接で苦手意識を克服しましょう。他の参加者の模擬面接に参加することで、新たな視点を獲得のチャンスです。
事務職はじめて講座	好印象の受付対応、電話取次やコピー機操作といった事務職に求められる基本的なスキルと、納品書、請求書といった必修の書類の理解と庶務的専門用語を習得し、書類のファイリング技術を学びます。
パソコン講座	Word、Excel、PowerPointを学びます。初心者には入門コース、中級者にはExcel活用コースもご用意しています。