

3月の講座スケジュール



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
休館日		ボランティア 体験講座 10:00~11:00				休館日
		出張相談 就活スタート (平塚) ※	採用担当者との 交流会 (小田原UMECO) ※ 13:30~16:30		ストローク セミナー (平塚市役所) ※ 13:30~15:30	
8	9	10	11	12	13	14
休館日		ボランティア 体験講座 10:00~11:00	職業適性を 知ろう (GATB) 10:00~11:00	ワンデーアグリ 9:30~12:00	ライフスタイル とお金のABC 10:30~12:00	休館日
		出張相談 (平塚) ※	仕事検索の 秘訣を知ろう ~10-ワークアップ~ 14:00~16:00	面接のコツ 基礎講座 13:30~15:00	就活スタート 講座 13:30~15:00	
15	16	17	18	19	20	21
休館日	ビジネス講座 (ホウレンソウ) 10:30~12:00	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	休館日	就活セミナー ~書類編~ 10:30~12:00
		出張相談職業適性 (GATB) (平塚) ボランティア体験講座 10:00~11:00	10-ワーク小田原 なんでも相談会 ※ 10:30~15:00	動物ITで 自分を知ろう 10:30~12:00		就活セミナー ~面接編~ 13:00~15:00
22	23	24	25	26	27	28
休館日	職業適性を 知ろう (GATB) 10:00~11:00	ボランティア 体験講座 10:00~11:00		事務職はじめて 講座 (小田原合同庁舎) ※ 13:30~16:30	就活スタート 講座 10:30~12:00	休館日
		出張相談 (平塚) ※	コミュニケーション講座 「伝える」ための コツを見つける 13:30~15:00		ビジネスマナー 講座 13:30~15:00	
29	30	31	1	2	3	4
休館日						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 (平塚) ※				

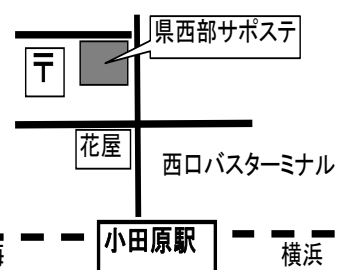
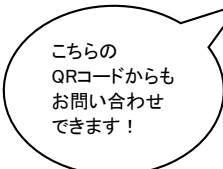
まずはお電話ください
☎0465-32-4115

お問い合わせ時間: 平日10:00~17:00

住所: 小田原市城山1-6-32Sビル2F

<http://kanagawa-nishi-supposta.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。
※日程が変更になることがあります。事前にお問い合わせください。

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】
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）】
働く上での セルフケア (ストレスとのつきあい方)	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)
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。
ストローク セミナー	ストロークとは、相手の存在・価値・行動をわかっていると伝える働きかけのことです。「おはよう」「ありがとう」や握手もストロークです。人はストロークなしでは生きられないとも言われています。 「ストローク理論」を講座とワークで学び、今より自分も相手も楽しく、ワクワクできる人間関係を目指してみませんか。
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。
ハローワーク小田原 なんでも相談会	働いたことがない、ブランクが長く踏み出すのに躊躇している、応募書類の書き方がわからない・・・ 就職についてのあんな悩み、こんな悩み、なんでもご相談ください。 キャリアコンサルタントがお答えします。
採用担当者との 交流会	『地元企業』の職場体験・見学からスタート！働きたい業種が決まっていない方、地元企業で働きたい方は、様々な職種の話聞けるチャンスです。就活サポートを受けながら企業理解を深めてみませんか。就職への一歩をお手伝いします。気軽に話を聞いてみましょう。
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。
ボランティア 体験講座	地域のお手伝いから、働く力をつける講座です。 サボステ周辺の清掃を行うので、軍手持参でご参加ください。
ワンデーアグリ	田んぼや畑で作業をしながら、生活をする、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見つけてみませんか。

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 (ホウレンソウ)	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、新たな視点を獲得するチャンスです。
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。
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。