


4月のプログラム表

※プログラムの内容は、変更になる場合があります。
ご確認の上、ご参加ください。
※講座は60分、カウンセリングは40分です。
※講座・カウンセリングは全て予約が必要です。
※時間についてはお問い合わせください。

コミュニケーション講座 気楽にコミュろう! 13時00分から14時00分まで ※定員8名まで	あいさつのポイント	雑談のポイント	聴くレッスン	話すレッスン	自分も相手も大切に話そう	自己紹介
	仕事の段取り力	4/9 (火)	4/23 (火)			



※内容をリニューアルしました 自分再発見講座 ※定員10名まで 	学んで変わる講座 第一回 頭の体操	学んで変わる講座 第二回 自己分析	学んで変わる講座 第三回 時間と私	学んで変わる講座 第四回 ストレスとリラックス	学んで変わる講座 第五回 意見・意志の発信	学んで変わる講座 第六回 人間力
	学んで変わる講座 第七回 これからどうする?	社会人一般常識～ビジネス文書の書き方～	社会人一般常識～「ほうれんごう(報告・連絡・相談)」トレーニング～	4/16 (火) 11:00～12:00	4/16 (火) 13:00～14:00	

若者交流広場	4月13日(土) 13時30分から15時まで	テーマ [4×4トーキング]	臨床心理士
ボランティア	4月19日(金) 15時から16時まで	新事務所の敷地内外の清掃活動です。服装は活動しやすいものでお越しください。雨天の場合はサポステ内作業になります。 ※軍手、タオル飲み物は各自で持参してください。	

出張講座 ※定員10名まで	柳 井	交流分析 エコグラム	コミュニケーションの特徴を知る	岩 国	自分との付き合い方 講座II⑤ 対面・電話・メール	自分との付き合い方 講座II⑥ パワハラ・セクハラ
	柳井中央公民館 (1階会議室)	4/11 (木) 14:00～15:00	4/25 (木) 14:00～15:00	岩国中央公民館 (3階第一講座室)	4/4 (木) 13:30～14:30	4/18 (木) 13:30～14:30

スペシャル講座 13時00分から14時30分まで (1.5時間)	キャリア・インサイト パソコンを使って、適性・適職診断を行います。 ※定員5名 4/4, 18(木)		ハローワーク出張相談会 ※予約が必要です 徳山 4/3(水)17(水) 14:00～、15:00～ 下松 4/10(水)24(水) 14:00～、15:00～ 柳井 4/3(水) 10:00～、11:00～ 岩国 4/17(水) 9:00～、10:00～、11:00～
---	---	---	---

講座案内

※キャリアカウンセリング、心理カウンセリングの日程については電話でお問い合わせください。

実践編!

コミュニケーション講座 気楽にコミュろう! 雑談のポイント (4月9日 13:00～14:00) 相手と良い人間関係を広げる雑談力をつけよう 自分再発見講座 学んで変わる講座 第三回 時間と私 (4月16日 11:00～12:00) 時間の使い方をチェックし未来に向けてプランを立てる実習です。	聴くレッスン (4月23日 13:00～14:00) 心から共感している事が伝われば相手も自分も話をしっかり聞いてくれますヨ 学んで変わる講座 第四回 ストレスとリラックス (4月16日 13:00～14:00) ストレスチェックとリラックスタイムの体操です。
---	--

柳井出張講座 柳井市中央公民館(1階会議室)
交流分析 エコグラム (4月11日 14:00～15:00)
 エコグラムを使って自分のタイプを知ろう
コミュニケーションの特徴を知る (4月25日 14:00～15:00)
 あなたのコミュニケーションタイプを知って自分らしさを活かそう!

岩国出張講座 岩国市中央公民館(3階第一講座室)
自分との付き合い方講座II⑤ 対面・電話・メール
 (4月4日 13:30～14:30)
 対面・電話・メールの違いとコミュニケーション
自分との付き合い方講座II⑥ パワハラ・セクハラ
 (4月18日 13:30～14:30)
 被害者にも加害者にもならないために