



※ご利用無料、要予約です。
※プログラムの内容、時間については予約時にご確認ください。

コミュニケーション講座 気楽にコミュろう!	あいさつのポイント	雑談のポイント	8/6 (火) 13:00~14:00	8/20 (火) 13:00~14:00	自分も相手も大切に話そう	自己紹介	仕事の段取り力
			聴くレッスン 心から共感していることが伝われば相手も自分も話をしっかり聴いてくれますヨ	話すレッスン 感じがいいと思ってもらえる「話す」スキルアップを身につけてみよう			

内容をリニューアルしました! 自分再発見講座 学んで変わる講座	第一回 頭の体操	第二回 自己分析	第三回 時間と私	8/27 (火) 11:00~12:00	8/27 (火) 13:00~14:00	第六回 人間力	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 ~「ほうれんそう」トレーニング~
				第四回 ストレスとリラックスタイム ストレスチェックとリラックスタイムの体操です	第五回 意見・意志の発信 最新ニュースを読み、自分の意見をまとめる練習です				

NEW 岩国中央公民館 3F コミュニケーション スキルアップ講座 ※①or②のみの受講不可								
				8月はお休みとなります				

若者交流広場	8月17日(土) 13:30~15:00	サポステ会議室に気軽に集まり、からだを動かしたりしながら楽しく交流します。ゲーム感覚で仲間たちと話しましょう!
ボランティア	8月16日(金): 周南 15:00~16:00	サポステ事務所内での活動です。服装は活動しやすいものでお越しください。 ※タオル、飲み物は各自で持参してください。
	8月8日(木): 岩国 10:00~11:00	岩国中央公民館2階岩国図書館での図書整理ボランティアです。 ※9時50分に岩国中央公民館3F視聴覚室集合です。
	8月22日(木): 岩国 8:30~9:15	岩国駅西口周辺で自治会が実施するボランティア清掃活動に参加しています。 ※事前予約の上、8時30分に麻里布町第三街区公園集合です。

出張講座 ※定員10名まで	柳井 柳井中央公民館 (1階会議室)	8/8 (木) 14:00~15:00	8/22 (木) 14:00~15:00	岩国 岩国中央公民館 (3階第一講座室)	8/1 (木) 13:30~14:30	8/22 (木) 13:30~14:30
		自己分析 70フィールを作成しよう!!	自己分析 1日の過ごし方		自分との付き合い方 講座II⑫ 好奇心	自分との付き合い方 講座II⑬ 批判したいと思うこと
		社会で求められる能力とは何か? あなたの社会人基礎力をセルフチェックしてみよう	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!		好奇心を自由に発揮できる自分のあり方を考えます	批判の対象から自分を振り返る

適職診断 コンピュータ適性診断を実施、 適職リストを作成します	8/1 (木) 15 (木) 13:00~14:30	ハローワーク適職診断 ※ご予約は各ハローワークまで
	サポステ会議室 ※定員5名	