

3月のプログラム表

※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!			3/3 (火) 13:00~14:00	3/10 (火) 13:00~14:00			
	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
			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	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			

NEW パソコン講座	3/17 (火) 11:00~12:00	3/17 (火) 13:00~14:00
	ワード入門	エクセル入門
	初めての人も久しぶりの人もワードの基本のキから始めましょう	初めての人も久しぶりの人もエクセルの基本のキから始めましょう



話し方スキル アップセミナー	3/27 (金) 14:00~15:15
	アンガーマネジメント
	人間関係を円滑にするための会話を学びましょう



若者交流広場	3/21 (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	3/6 (金) : 周南 15:00~16:00	サポステ事務所周辺の清掃です。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。
	3/12 (木) : 岩国 10:00~10:50	岩国中央公民館周辺のごみ拾いボランティアです。※9時50分岩国中央公民館3F視聴覚室集合、雨天中止です。
	3/26 (木) : 岩国 10:00~10:50	岩国中央公民館2階岩国図書館の図書整理ボランティアです。※9時50分岩国中央公民館3F第一講座室集合です。

出張講座 ※定員10名まで	柳井 柳井中央公民館 (1階会議室)	3/12 (木) 14:00~15:00	3/26 (木) 14:00~15:00	岩国 岩国中央公民館 (3階第一講座室)	3/12 (木) 11:00~12:00	3/26 (木) 11:00~12:00
		就職活動の進め方	自己PR文章作成		自分との付き合い方講座Ⅲ⑤ やる気スイッチ	自分との付き合い方講座Ⅲ⑥ 新聞紙でコミュニケーション
		スタートからゴール(就職)そしてその先の未来について考えよう	人前で自己PRできる文章を作成しよう		やる気スイッチが動かなくなる理由を考えます	新聞紙で折り紙を折ったり、ゲームをしたりしてみよう

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	3/5 (木) 19 (木) 13:00~14:30 サポステ会議室 ※定員5名	ハローワーク適職診断 ※ご予約は各ハローワークまで	
		ハローワーク徳山 3/4(水) 18(水) 14:00~、15:00~	ハローワーク下松 3/11(水) 25(水) 14:00~、15:00~
		ハローワーク柳井 3/4(水)	10:00~、11:00~
		ハローワーク岩国 3/18(水)	9:00~、10:00~、11:00