



※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。

|  |  |  |
|--|--|--|
| <b>コミュニケーション講座</b><br><b>気楽にコミュろう!</b><br><b>定員：4名</b> | <b>12/1 (火)</b><br><b>13:00~14:00</b>        | <b>12/15 (火)</b><br><b>13:00~14:00</b> |
|  | <b>雑談のポイント</b>                               | <b>聴くレッスン</b>                          |
|  | 雑談ネタのヒントを元に会話を広げる。色々な人と関わって話す経験を通して自己肯定感を高める | 聴いている姿勢が相手に伝わるように練習する                  |

|                               |  |   |
|-------------------------------|--|---|
| <b>パソコン講座</b><br><b>定員：4名</b> | <b>12/16 (水)</b><br><b>13:30~15:00</b>     | <b>12/23 (水)</b><br><b>13:30~15:00</b>      |
|                               | <b>ワード(第2回)</b>                            | <b>エクセル(第2回)</b>                            |
|                               | 文書作成ソフト(ワード)を使って文章入力と基本操作を勉強し、ビジネス文書を作成します | 表計算ソフト(エクセル)を使って、基本操作と簡単な計算方法を学習し、売上表を作成します |

|                                       |  |  |
|---------------------------------------|--|--|
| <b>ソーシャルスキルトレーニング</b><br><b>定員：8名</b> | <b>12/10 (木)</b><br><b>13:00~14:15</b> |  |
|                                       | <b>気持ちや意見を伝える方法</b>                    |  |
|                                       | <b>相談する・感謝する・断る場合</b>                  |  |

|                               |   |   |
|-------------------------------|---|---|
| <b>若者交流広場</b><br><b>定員：8名</b> | <b>12/19 (土)</b><br><b>13:30~15:00</b>    | 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！          |
| <b>ボランティア</b><br><b>定員：5名</b> | <b>12/18 (金)：周南</b><br><b>15:00~16:00</b> | 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、軍手は各自で持参してください。         |
|                               | <b>12/10 (木)：岩国</b><br><b>10:00~10:50</b> | 岩国中央公民館周辺のごみ拾いボランティアです。<br><b>*9時50分岩国中央公民館3F視聴覚室集合、雨天中止です。</b> |

|                             |                                 |  |  |                                   |                                       |  |
|-----------------------------|---------------------------------|--|--|-----------------------------------|---------------------------------------|--|
| <b>出張講座</b><br><b>定員：5名</b> | <b>柳井</b><br>柳井中央公民館<br>(1階会議室) | <b>12/10 (木)</b><br><b>14:00~15:00</b> | <b>12/24 (木)</b><br><b>14:00~15:00</b> | <b>岩国</b><br>岩国中央公民館<br>(3階第二講座室) | <b>12/3 (木)</b><br><b>13:30~14:30</b> | <b>12/17 (木)</b><br><b>13:30~14:30</b> |
|                             |                                 | <b>面接対策講座①</b>                         | 今年の振り返りと来年の計画を立てよう                     |                                   | <b>自分との付き合い方講座Ⅲ⑮</b><br>「普通のとらえ方」     | <b>自分との付き合い方講座Ⅲ⑰</b><br>フリートーク         |
|                             |                                 | 面接DVDを視聴して面接のポイントを再確認してみよう             | この1年の行動を振り返り来年の行動計画を立てよう               |                                   | あなたにとって「普通」ってどういう位置づけですか              | 2020年と2021年の自分について話そう                  |

|  |                |  |  |
|--|----------------|--|--|
| <b>適職診断</b><br>コンピュータ適性診断を実施、<br>適職リストを作成します | <b>サポステ会議室</b> | <b>ハローワーク適職診断</b> ※ご予約は各ハローワークまで                       |  |
|  |                | <b>12/17 (木)</b><br><b>13:00~14:30</b><br><b>定員：3名</b> | <b>ハローワーク徳山 12/9(水) 14:00~、15:00~</b>        |
|  |                |  | <b>ハローワーク下松 12/23(水) 14:00~、15:00~</b>       |
|  |                |  | <b>ハローワーク柳井 12/2(水) 10:00~、11:00~</b>        |
|  |                |  | <b>ハローワーク岩国 12/16(水) 9:00~、10:00~、11:00~</b> |