

10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	10/1 (水) 13:30~14:30	就職準備講座	10/8 (水) 13:30~14:30
	自分が大切にしていることは？ ～価値観を共有してみよう～ ・自分の価値観を知ろう ・みんな違ってあたりまえ		履歴書の書き方 (一緒に働きたい人とは?) ・志望動機を書く時に、押さえておきたいポイント ・自己PRって、どう書けばいい?

ソーシャルスキルトレーニング	10/9 (木) 13:00~14:15
	リラクゼーションヨガで体を整えよう 呼吸法を取り入れ、体の力を抜いて、しなやかな体づくりを目指そう



パソコン講座	10/7 (火) 14:00~15:30	10/14 (火) 14:00~15:30	10/21 (火) 14:00~15:30
	ワード(第1回目)	ワード(第2回目)	ワード(第3回目)
文章作成ソフト(ワード)を使って文書入力と基本操作を勉強します			

若者交流広場	10/18 (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	10/15 (水) 15:00~16:00	サポステ事務所内で簡単な軽作業(事務、清掃など)をやってみましょう! ※今月は第3水曜日です

出張講座	岩国 岩国市科学センター (2階会議室)	10/9 (木) 13:00~14:00	柳井 柳井中央公民館 (文化福祉会館・1階会議室)	10/9 (木) 13:00~14:00
		ストレスを上手に 解消する方法 ・ストレスは必ずあるもの ・ストレスは悪いものではない ・ストレスに気づく ・自分だけのストレス解消法を持つ		ハローワークの上手な 利用方法 ・登録することのメリット ・相談員さんを活用する ・求人検索の仕方

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	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	10/8(水)	14:00~、15:00~
	ハローワーク下松	10/15(水)	14:00~、15:00~
	ハローワーク岩国	10/15(水)	10:00~、11:00~
	ハローワーク柳井	10/1(水)	9:30~、10:30~