

# 1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	1/7 (水) 13:30~14:30	就職準備講座	1/14 (水) 13:30~14:30
	自分を知ってもらおう ～短所をアピールする方法とは？～		1人暮らしに必要なお金を 計算してみよう！
	・自己分析 ・自己紹介の伝え方		人によって違うお金の使い方。 自分なりに計算してみよう。 いざという時の備えに必要な お金とは。

ソーシャルスキルトレーニング	1/15 (木) 13:00~14:15	
	感情を上手に整理するには	
	感情をコントロールして“イラッ”とさんから “ホッ”とさんになろう	

パソコン講座	1/6 (火) 14:00~15:30	1/13 (火) 14:00~15:30	1/20 (火) 14:00~15:30
	エクセル(第1回目)	エクセル(第2回目)	エクセル(第3回目)
	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勉強します		

若者交流広場	1/17 (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	1/15 (木) 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！

出張講座	岩国 岩国市 科学センター (2階会議室)	1/8 (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)	1/8 (木) 13:00~14:00
		応募書類の書き方		正社員とアルバイト、 どう違う？どっちを選ぶ？
		・自己PR欄どう書く? ・志望動機どう書く? ・履歴書の空白はどうする? ・手書き?パソコン?		・正社員とアルバイト、 それぞれの特徴は? ・それぞれの働き方のメリット・ デメリット

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	1/14(水)	14:00~、15:00~
	ハローワーク下松	1/21(水)	14:00~、15:00~
	ハローワーク岩国	1/21(水)	10:00~、11:00~
	ハローワーク柳井	1/ 7(水)	9:30~、10:30~