



※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	3/4 (水) 13:30~14:30	就職準備 講座	3/11 (水) 13:30~14:30
	すごろく自己分析 ～自分のルーツを探す旅に出よう～ ・すごろくを使ってリラックスして自己理解 ・みんなで伝えあい他己分析		仕事で困らない コミュニケーションを 学ぼう 話しかける時・仕事を断る時・報告する時・自分の意見を言いたい時、 こんな風にやってみよう

ソーシャル スキル トレーニング	3/12 (木) 13:00~14:15
	自分を見つめ直して より生きやすい自分になろう 様々な方法で自分自身のことを振り返り、 これからの生活に活かそう



パソコン講座	3/3 (火) 14:00~15:30	3/10 (火) 14:00~15:30	3/17 (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 春のイベント	3/21 (土)	「下松スポーツセンター」にてボウリング大会を開催します。
ボランティア	3/19 (木) 15:00~16:00	サボステ事務所で簡単な軽作業(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)	3/12 (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)	3/12 (木) 13:00~14:00
		自分の行動パターンを 理解する ・認知行動を知る ・自分の思いの癖を知る やってみよう認知行動トレーニング		自分の大切にしている ことは何? 自分の価値観を考えてみよう ・自分が大切にしていること ・自分は唯一無二の存在

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	3/11(水)	14:00~、15:00~	
	ハローワーク下松	3/18(水)	14:00~、15:00~	
	ハローワーク岩国	3/18(水)	10:00~、11:00~	
	ハローワーク柳井	3/ 4(水)	9:30~、10:30~	