



フリースペースとろっこ & サポステ交流会 12月予定表

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--|----|------------------------|-----------------------|-----------------------|---------------------|----|
| 今月のサポステ交流会は、11日（月）14:00～16:00、あいれふ8階交流室で、お仕事のマナーを学びます。詳しくはHPをご覧ください。 新年は1月4日（木）からの開室となります。 皆様良いお年をお過ごし下さい！ | | | | | 1 | 2 |
| | | | | | ペン習字 11:00～12:30 | 休 |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 休 | | 料理教室 13:30～16:00 | GCB 講座 15:30～17:00 | パソコン講座 12:00～16:00 | ペン習字 11:00～12:30 | 休 |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 休 | | グループワーク 13:30～16:00 | GCB 講座 15:30～17:00 | パソコン講座 12:00～16:00 | ペン習字 11:00～12:30 | 休 |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| 休 | | グループワーク 13:30～16:00 | GCB 講座 15:30～17:00 | パソコン講座 12:00～16:00 | ペン習字 11:00～12:30 | 休 |
| 24/31 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| 休 | | グループワーク 13:30～16:00 | GCB 講座 15:30～17:00 | パソコン講座 12:00～16:00 | 休 | 休 |

● ● ● フリースペースとろっこ 各講座のご紹介 ● ● ●

▼第1火曜日 料理教室 13:30～16:00 (※初回参加のみ要予約)

皆で楽しくお料理しましょう！女性スタッフが担当します。(材料の実費(500円程度)を頂きます)

▼第2～第5火曜日 グループワーク 13:30～16:00 (※初回参加のみ要予約)

グループワークを行います♪内容は、集まったメンバーで決めましょう！女性の臨床心理士とサポートスタッフが担当します。初参加の方は、内容の説明等を行う事前面談を行います。(裏面参照) サポステHPに、グループの予定や、様子を紹介しているブログ(<http://fukuoka-saposute.blogspot.jp>)がありますので、是非ご覧ください☆

▼第1～第4水曜日 GCB (グローバル・コミュニケーション・ブラッシュアップ) 講座 15:30～17:00

英語で自分の気持ちを伝える練習をします。初心者から経験者まで、レベルに合わせて日常会話やゲーム等を交えながら楽しくやっています。日本人の女性の先生が担当しています♪英語に自信がなくても大丈夫☆日本語でもOKです！Let's speak English!!

▼第1～第4木曜日 パソコン講座 12:00～16:00 (※受付要問合せ)

1コマ1時間、男性講師による少人数指導です♪エクセルの基本から、マクロ、MOSまで対応できます。受講は8回で一区切りとなります。参加をご希望の方は、予約をお願いします(^^)欠席の際はサポステまでご連絡下さい。

▼第1～第4金曜日 ペン習字講座 11:00～12:30 (※初回参加のみ要予約)

自分の住所・氏名や季節の言葉、年賀状など“自分らしい作品”をモットーに練習しています☆ご参加の際は、Bの鉛筆、細すぎないサインペンをお持ちください。女性講師が担当です。



12月29日～1月3日は年末年始休みです。GCB 講座以外の講座に参加を希望される方は、初回のみご予約をお願いします。(詳しくは裏面をご覧ください)
今年中は大変お世話になりました。来年もよろしくお願い致します。

