

フリースペースとろっこ 令和4年2月予定表

(居場所・サポステ塾・ステップアップ・交流会・ボランティア)

福岡若者サポートステーションは厚生労働省と福岡県の委託事業です。運営:特定非営利活動法人JACFA

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		サポステ塾へ行こう 13:30~16:00	美文字講座(通信) GCB 講座(オンライン) 15:20~16:50	サポ歴 15:00~16:30	パソコン講座 10:00~15:00 健康づくりセミナー (オンライン) 13:00~14:30	休
6	7	8	9	10	11	12
休	パソコン講座 10:00~15:00	サポステ塾へ行こう 13:30~16:00	サポカフェ&GCB 講座 (コラボオンライン) 14:00~15:30	サポステ交流会 13:00~14:30 サポステ塾 認知行動WS 15:00~16:30	休	休
13	14	15	16	17	18	19
休	パソコン講座 10:00~15:00	サポステ塾へ行こう (オンライン) 13:30~16:00	美文字講座(通信) GCB 講座(通信) (HP 上に課題を出題)	サポステ塾 就活講座 (オンライン) 15:00~16:30	パソコン講座 10:00~15:00 健康づくりセミナー (オンライン) 13:00~14:30	休
20	21	22	23	24	25	26
休	パソコン講座 10:00~15:00	サポステ塾へ行こう 13:30~16:00	休	ボランティア 13:00~14:30 サポステ塾 認知行動WS 15:00~16:30	パソコン講座 10:00~15:00	休
27	28			感染拡大状況により、オンライン実施や通信式に変更等、プログラムに変更が生じる場合もありますので、ご参加前に必ず HP 等で最新情報をご確認ください。		
休	パソコン講座 10:00~15:00					

フリースペースとろっこ各講座のご紹介

<p>パソコン講座 第1~第4月曜日・金曜日 10:00~15:00 (※要申込)</p> <p>1コマ1時間、男性講師による少人数指導です。 ワード・エクセルの基本から MOS まで対応しています。</p> <p>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 第1~第4水曜日 15:20~16:50</p> <p>身近な話題や日常トピックなど、ゲームなども交えながら 皆で楽しく英会話。英会話超初心者の方も、英会話が得意な方も、 是非お気軽にご参加ください(^_^♪Let's speak English!!)</p> <p>サポカフェ 「コミュニケーション力(りょく) アップをめざし・雑談力を身につけましょう」 隔週水曜日 13:30~15:00</p> <p>自分の好きな事、得意な事、出来事、感觸した事、楽しかった事、お勧めの映画、 将来の夢など、どんな事でもよいから気軽に話してみましょ。う。 人と話すのが苦手、自分のことを話すのが苦手を克服しましょう!</p> <p>サポステ塾 認知行動 WS (ワークショップ) 第2・第4木曜日 15:00~16:30</p> <p>ストレスを軽くするために“考え方”をかえて 頭の中を柔らかくしてみませんか?</p>	<p>サポステ塾へ行こう!! 火曜日 13:30~16:00</p> <p>“とろっこ”の皆さんで楽しくお話ししながら サポステ塾へ行きましょう!</p> <p>美文字講座 隔週水曜日 13:30~15:00 (※受付については要問合せ)</p> <p>パンの正しい持ち方からはじめます。お礼状、案内文自己紹介、 履歴書の書き方等の実用文から、季節の言葉、詩歌など、 楽しく丁寧に、幅広く、書くことを学びます。</p> <p>サポステ塾 就活講座 第1・第3木曜日 15:00~16:30 (※サポ歴については要申込)</p> <p>ビジネス文書や履歴書の書き方、面接の練習などの 基本的な学びを通して、みなさんの就活をサポートしています。</p> <p>健康づくりセミナー 第1・3金曜日 13:00~14:30 (※要申込)</p> <p>就職に向けた、体力づくりと良い姿勢のための 筋力トレーニングプログラムです。</p>
---	--

参加される際には、以下の症状がある方はお控えいただき
体調が十分に回復されてから是非ご参加ください

- ・発熱がある方、また発熱が続いている方
- ・強いだるさ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)がある方
- ・風邪の症状(発熱、咳、くしゃみ、鼻水、喉の痛みなど)がある方
- ・その他、体調に不安がある方

