

登録者  
無料

※申込が必要です。

# サポステ塾

## 8月9月スケジュール



令和5年度サポステ塾がリニューアル！



### 就活講座

8/22の講座では、スマートフォンを使用します。  
お持ちでない方は事前にスタッフにお知らせください。

第1～4 火曜日 14:30～16:00  
会場：あすみん

実施日	テーマ	会場
8/8(火)	就活を始めよう！～就活の流れと自己紹介&雑談～	あすみん セミナールームA
8/15(火)	自分を知ろう！ ～適性チェックと強み探してモチベーションアップ～	あすみん セミナールームC
8/22(火)	仕事について知ろう！① ～労働市場の理解と職業について調べてみよう～	あすみん セミナールームA
8/29(火)	仕事について知ろう！② ～求人票と譲れない条件/情報収集の仕方～	あすみん セミナールームB
9/8(金)	応募書類を作ろう！ ～応募書類作成のポイント/志望動機&自己PRの書き方～	あすみん セミナールームC
9/12(火)	面接対策①～面接のポイントとマナー～	あすみん セミナールームA
9/19(火)	面接対策②～面接ロールプレイ～	あすみん セミナールームA
9/26(火)	再就職に向けて準備をしよう！ ～基本的なビジネスマナーと心構え～	あすみん セミナールームC

### 認知行動ワークショップ

第2、第4 木曜日 15:00～16:30  
会場：ココロン または 健康づくりサポートセンター

実施日	テーマ	会場
8/10(木)	変化への準備	健康づくりサポートセンター8F 和室B
8/24(木)	自分を変えるにはどうすればいい	健康づくりサポートセンター8F 視聴覚室B
9/14(木)	自己肯定感を高める方法	健康づくりサポートセンター8F 視聴覚室B
9/28(木)	「緊張しやすい」対処法	健康づくりサポートセンター8F 和室B

### コミュニケーション講座

第1、第3 木曜日 15:00～16:30  
会場：ココロン または 健康づくりサポートセンター

実施日	テーマ	会場
8/3(木)	「いいですよ」～言い方で変わる伝わり方～	健康づくりサポートセンター8F 視聴覚室A
8/17(木)	話し方や表情から相手の気持ちを考えてみよう	健康づくりサポートセンター8F 視聴覚室B
9/7(木)	助言ゲーム～助言してみよう～	健康づくりサポートセンター8F 視聴覚室B
9/21(木)	会話力を高めよう	健康づくりサポートセンター8F 視聴覚室A