

フリースペースとろっこ 各講座のご紹介

パソコン講座（※要申込）

第1～第4月曜日・金曜日 10:00～15:00

1コマ1時間、マンツーマン指導です。
ワード・エクセルの基本から
MOS資格まで対応しています。

サポステ塾 就活講座

火曜日 11:00～12:30
（あずみん）

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。

GCB講座

（グローバル・コミュニケーション・ブラッシュアップ）

※2024年4月より、月3回の開催に変更となりました。

原則 第1・第3・第4水曜日 15:20～16:50

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!!!)

美文字講座

第2・第4水曜日 13:30～15:00
（※受付については要問合せ）

ペンの正しい持ち方からはじめます。
お礼状、案内文自己紹介文、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。

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」

第1・第3水曜日 13:30～15:00

自分の好きな事、得意な事、出来事、感動した事、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楽に話してみましょ。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！

サポステ塾

コミュニケーション講座

第2・第4木曜日 15:00～16:30

働くことを目標に基本的なコミュニケーションスキルを
練習します。

サポステ塾 認知行動WS（ワークショップ）

第1・第3木曜日 15:00～16:30

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？

健康づくりセミナー（※要申込）

月1回金曜日 13:00～14:30

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。



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

