

登録者  
無料

※申込が必要です。

# サポステ塾

## 10月11月スケジュール

### 就活講座

サポステ  
地域若者サポートステーション

【11/5と11/12】および【11/19と11/26】は、それぞれ前後編になっていますので、両講座とも出席をしてください。

火曜日 14:30-16:00

エルガーラ 12階

実施日	テーマ	会場
☆ 基礎講座 ☆	10/1 (火) 自分を知ろう！ ～適職チェックと強み探し～	エルガーラ 12階 セミナールーム
	10/8 (火) 仕事を知ろう！ 【スマートフォン使用】 ～労働市場と情報収集について学ぶ～	エルガーラ 12階 セミナールーム
	10/15 (火) 応募書類を作ろう！ ～履歴書/志望動機と自己PRの作り方～	エルガーラ 12階 セミナールーム
	10/29 (火) 面接を知ろう！ ～面接のポイントとビジネスマナー～	エルガーラ 12階 セミナールーム
☆ 実践講座 ☆	11/5 (火) WORK FIT①/ 就活力をアップしよう ～就活の課題を知る～	エルガーラ 12階 セミナールーム
	11/12 (火) WORK FIT②/ 就活力をアップしよう ～実践でブラッシュアップ！～	エルガーラ 12階 セミナールーム
	11/19 (火) 自分らしさを伝える 【興味を持った求人票持参】 ～志望動機と自己PRを作る～	エルガーラ 12階 セミナールーム
	11/26 (火) 面接力をアップする～面接ロールプレイ～	エルガーラ 12階 セミナールーム

## 認知行動ワークショップ

第1、第3木曜日 15:00～16:30

会場：健康づくりサポートセンター

実施日	テーマ	会場
10/3(木)	行動③ 問題解決法	健康づくりサポートセンター8F 和室A
10/17(木)	自己理解① 理想と現実	健康づくりサポートセンター8F 和室A
11/7(木)	自己理解② 自己肯定感	健康づくりサポートセンター8F 研修室
11/21(木)	自己理解③ 強みに注目	健康づくりサポートセンター8F 研修室

## コミュニケーション講座

第2、第4木曜日 15:00～16:30

会場：健康づくりサポートセンター

実施日	テーマ	会場
10/10(木)	率直な会話のために ～気持ちを表す～	健康づくりサポートセンター8F 研修室
10/24(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 研修室
11/14(木)	会話力を高めよう2	健康づくりサポートセンター8F 研修室
11/28(木)	SNSでのメッセージのやり取り	健康づくりサポートセンター8F 研修室