



2023年3月 湘南・横浜若者サポートステーション



	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
	2月27日	2月28日	1	2	3	4
RFW	⑮職場体験	⑮職場体験	⑰職場体験	⑱職場体験	⑲修了式	
湘サポ			10:30~ PC講座説明会 13:30~ フォローアップタイム	11:00~ マネササイズ 「お金をもらう仕事との向き合い方」	13:30~ 職業興味セミナー	
	6	7	8	9	10	11
湘サポ	10:15~ 職業適性検査&YG検査 14:00~ PCゆっくりコース⑥	10:00~ お仕事体験 10:00~ パドリングタイム 13:15~ PC速習コース①	10:30~ PC講座説明会 13:30~ フォローアップタイム	10:00~ パドリングタイム 14:00~ かよさんの部屋 「空想で好きな世界を描く」	10:30~ 書き方セミナー 14:00~ ヨガ講座 「美しい姿勢に整えて、体の痛み改善」	
	13	14	15	16	17	18
湘サポ	10:15~ 職業適性検査&YG検査	10:00~ お仕事体験 10:00~ パドリングタイム(関) 13:15~ PC速習コース②	10:30~ PC講座説明会 13:30~ フォローアップタイム	10:00~ スポーツデー 10:30~ 応募書類基本のき 13:30~ 健康講座「不眠」	10:30~ タイピング練習 13:30~ 朗読セミナー	
	20	21	22	23	24	25
湘サポ	10:15~ 職業適性検査&YG検査	休館日	10:30~ PC講座説明会 13:30~ フォローアップタイム 13:15~ PC速習コース③	10:00~ パドリングタイム 14:30~ マナー講座	10:30~ スマイル・プレゼンテーション 13:30~ SSTセミナー	
	27	28	29	30	31	
湘サポ	10:15~ 職業適性検査&YG検査	10:00~ お仕事体験 10:00~ パドリングタイム(関) 13:15~ PC速習コース④	10:30~ PC講座説明会 13:30~ フォローアップタイム	11:00~ マネササイズ 「電子マネーのキホン」	10:30~ タイピング練習	

※予定は変更になる可能性があります

- 生活リズムの崩れ、健康面、メンタル面での課題はあるが、活動を通じて回復を目指したい方にオススメ。
- ◎働くことに自信がなく、すぐに就職活動はできないが、生活リズムや健康面での課題はない方にオススメ。
- ☆就労への意欲や準備ができており、方向性を決めて進み始めることができる方にオススメ。

セミナー

- パドリングタイム：午前中にサポステに通い、お仕事体験やラケットテニスなどの活動をする中で生活リズムを整えるなどしていきます。
- かよさんの部屋：かよさんのふんわりとした雰囲気に触れて世界を広げよう。さまざまな創作活動を気軽にしてみる時間です。
- やってみよう！お仕事体験：八百屋さんでダンボール整理のお手伝いをします。就労体験初心者や体を動かしたい人、生活リズムを整えたい人にオススメ。
- ◎職業適性検査（GATB）：働く為の能力を図る検査です。
- ◎性格検査（YG）：自分の今の性格傾向を知るための検査です。
- ◎職業興味セミナー：自分が持っている職業への興味を調べるために行います。
- ◎SSTセミナー：コミュニケーションが苦手でも、仕事では必要となります。さまざまな仕事の場面ごとのコミュニケーションについて、学んでいきます。
- ◎スマイル・プレゼンテーション：第一印象アップのコツを学べる講義と実践。立ち居振る舞い、表情、発声など就活に役立つ内容を学べます。
- ◎マネササイズ：社会人としてのお金の知識をあらゆる角度から学べます。お金のおの字がつくことなら何でも！
一人暮らしをした場合にかかる生活費や社会保険、フィッシングなどの詐欺につかまらないための知識など毎月テーマ別に学べます。
- ☆Ready For Workプログラム：1カ月集中プログラム。就職に向けて、前半は座学、後半は就労体験を行います。

講師紹介

- 朗読セミナー講師：藤本しのさん
立教大学文学部卒業後、英・仏・独語の通訳として著名な演奏家やオーケストラのアテンドをする傍ら、東京芸術劇場などのイベントの通訳・司会を努める。
- マネササイズ講師：中路 将徳さん
株式会社セントララボ 代表取締役社長 医療・介護に関する課題研究、事業支援・コンサルティング、教育設計、人材育成