


2022年 12月 湘南・横浜若者サポートステーション


	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
RFW				1 ④職場体験 10:00～ パドリングタイム 13:30～ 応募書類基本のき	2 ⑤職場体験 10:30～ タイピング練習 13:30～ 職業興味セミナー	3
RFW	5 ⑥職場体験 10:15～ 職業適性検査&YG検査 14:00～ PCゆっくりコース⑥	6 ⑦職場体験 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①	7 ⑧職場体験 10:30～ PC講座説明会 13:30～ フォローアップタイム	8 ⑨職場体験 10:00～ パドリングタイム 14:00～ かよさんの部屋 「くつしたお菓子入れ」	9 ⑩RFW修了式 14:00～ ヨガ講座 「心も体もほかほかに」	10
湘サポ	12 10:15～ 職業適性検査&YG検査 14:00～ PCゆっくりコース①	13 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	14 10:30～PC講座説明会 10:30～書き方セミナー 13:30～ フォローアップタイム	15 10:00～ スポーツデー 13:30～ 健康講座「肌荒れ」	16 10:30～タイピング練習 10:30～SSTセミナー 13:30～朗読セミナー 「クリスマス朗読会」	17
湘サポ	19 10:15～ 職業適性検査&YG検査 14:00～ PCゆっくりコース②	20 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③	21 10:30～ PC講座説明会 13:30～ フォローアップタイム	22 11:00～ マネササイズ	23 10:30～ スマイルプレゼンテーション 14:30～マナー講座 「電話のマナー (受け る)」	24 
湘サポ	26 10:15～ 職業適性検査&YG検査 14:00～ PCゆっくりコース③	27 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	28 10:00～ 湘サポ大掃除	29 休館日	30 休館日	31

※予定は変更になる可能性があります

セミナー

- 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。

- パドリングタイム：午前中にサポステに通い、お仕事体験やコミュニケーションゲームなどの活動をする事で生活リズムを整えるなどしていきます。
- ◎職業適性検査（GATB）：働くため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。
- ◎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。
- ◎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。
- ☆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。

就労体験

- 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。

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・司会を務める。
2003年には、演劇ユニット「芝居三昧」を立ち上げ定期的にプロデュース公演を行い、主役をつとめている。
- マネササイズ講師：中路 将徳さん
株式会社セントラボ 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
フィナンシャルプランニング、行動学投資研究キャリアコンサルティング、ファーマバイセル（調剤薬局MA）などの事業を行う