



2024年 6月 湘南・横浜若者サポートステーション



	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
湘サポ						/
RFW	3	4	5	6	7	8
湘サポ	①RFW開講式 13:30～ 職業適性検査 & YG性格検査	②コミュニケーション 10:00～お仕事体験 13:15～ ビジネスパソコン講座①	③ビジネスマナー ※13:30～ PC講座説明会	④強み・弱みを知ろう 13:30～身近なテーマでSST	⑤SSTセミナー 10:30～タイピング練習 13:30～応募書類基本のき	/
RFW	10	11	12	13	14	15 (土曜開所日)
湘サポ	⑥就活対策 13:30～ 職業適性検査 & YG性格検査	⑦ライフラインチャート 10:00～お仕事体験 13:15～ ビジネスパソコン講座②	⑧自己PR文を考えよう ※13:30～ PC講座説明会	⑨金銭管理講座 14:00～かよさんの部屋 「好きな物について語ろう」	⑩職場体験説明 14:00～ヨガ講座	
RFW	17	18	19	20	21	22
湘サポ	⑪職場体験 休館日	⑫職場体験 10:00～お仕事体験 10:00～ パドリングタイム (関) 13:15～ ビジネスパソコン講座③	⑬職場体験 10:30～PC講座説明会 13:30～ フォローアップタイム	⑭職場体験 10:00～ちょこっとスポーツ 13:30～ビジネスSST	⑮職場体験 10:30～タイピング練習 13:30～朗読セミナー 13:30～14:15 オンライン企業説明会 (株)サカイ引越センター	/
RFW	24	25	26	27	28	29
湘サポ	⑯職場体験 10:15～ 職業適性検査 & YG性格検査	⑰職場体験 10:00～お仕事体験 10:00～ パドリングタイム (関) 13:15～ ビジネスパソコン講座④	⑱職場体験 10:30～PC講座説明会 13:30～ フォローアップタイム	⑲職場体験 11:00～マネササイズ 13:30～14:15 オンライン企業説明会 (株)ティネットジャパン	⑳RFW修了式 11:30～マナー講座 「電話を受ける」 14:00～スマイルプレゼンテー ション	

☆予定は変更になる可能性があります。

※PC講座説明会は、5日と12日のみ午後開催となります。

☆～☆～☆～セミナー紹介～☆～☆～☆

○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。

健康管理	<ul style="list-style-type: none"> ○ 性格検査 (YG検査) ○ ちょこっとスポーツ ○ ヨガ講座 	<p>自分の今の性格傾向を知るための検査です。</p> <p>広々とした室内で、スポンジテニスや卓球などの軽い運動を行い、心と体をリフレッシュします。</p> <p>ゆったりとした音楽と優しい先生のもとで、自分の身体と向き合い、身体を動かす気持ちよさを味わえます。</p>
日常生活管理	<ul style="list-style-type: none"> ○ パドリングタイム ○ かよさんの部屋 ○ お仕事体験 	<p>午前中にサポステに通う習慣をつけ、創作活動やコミュニケーションゲームなどを通して、生活リズムを整えたり人との関わりに慣れていったりします。</p> <p>かよさん(講師)のふんわりとした雰囲気に触れて世界を広げよう。さまざまな活動を気軽に体験できる時間です。</p> <p>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。</p>
対人技能	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 身近なテーマでSST ◎ ビジネスSST ◎ スマイル・プレゼンテーション ◎ 書き方セミナー ◎ 朗読セミナー 	<p>身近なテーマからソーシャルスキルを高めるセミナーです。社会の中で必要な行動や言動も身につけるトレーニングをします。</p> <p>職場や社会はいつでもぶっつけ本番!SSTで練習すれば安心、毎回参加者の困りごとをお題にして皆で考え、ロープレで上手い対処方法を練習します。</p> <p>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、日常から就活に役立つ内容を学べます。</p> <p>フォーマルなお礼状、ビジネスメール、送付状など。書き方のルールを知れば、「書く」ハードルが下がります。</p> <p>声の出し方を学んだり、みんなで朗読を楽しむセミナー。人前で声を出すことが苦手な方でも安心して参加でき、次第に声を出すことが楽しくなります。</p>
基本的労働習慣	<ul style="list-style-type: none"> ◎ マナー講座 ◎ マネササイズ ◎ 応募書類基本のき ◎ タイピング練習 ◎ PC講座 	<p>接客マナーのプロ講師をお招きして、就活や職場で役立つマナーを実践的に学べます。</p> <p>毎月テーマ別に社会人としてのお金の知識を学べます。6月は、「お金をもらう仕事との向き合い方」</p> <p>履歴書を書く時、手が止まりがち「志望動機」と「自己PR」。その書き分けを伝授します。</p> <p>自分のペースでタッチタイピングのトレーニングができます。</p> <p>ビジネスで求められるPC操作やWord、Excelの基礎を学ぶことができます。</p>
職業適性・職場体験	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 職業興味セミナー ◎ 職業適性検査 (GATB) ☆ Ready For Workプログラム 	<p>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。</p> <p>働く為の能力を図る検査です。</p> <p>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。</p>
就職活動	<ul style="list-style-type: none"> ☆【木曜・随時開催】ハローツアー ☆求人票を読み解く! 	<p>ある程度就活への準備が整い、ハローワーク藤沢や横浜わかものハローワークで個別サポートを受けたい方向け。初回はスタッフが同行します。</p> <p>横浜わかものハローワークの出張講座です。求人票の見方、選び方について学びます。参加者はスタッフの推薦を受けた方となります。</p>