

# とやまサポステの 就職支援セミナーご案内

2024年2月

日	月	火	水	木	金	土
				1 はたらくための準備運動② 13:30-15:00	2 コミュニケーション【表現】 9:45-11:30 就活クラブ 13:30-15:00	3
4	5 自己理解ワーク 9:45-11:30 GATB 13:15-15:00	6 お金から見るライフプラン④ 13:30-14:30	7 社会人としてのマナー 9:45-11:30 職業講話 13:30-15:00	8 職場でのメンタルヘルス 9:45-11:30	9 職場でのルール 9:45-11:00 就活クラブ 13:30-15:00	10
11	12 振替休日	13 コミュニケーション【対話】 14:00-15:30	14 わークラブ 13:30-15:00	15 はたらくための準備運動① 13:30-14:30	16 就活クラブ 13:30-15:00	17 サポステ交流会 10:00-11:30
18	19 履歴書の書き方 9:45-11:30 GATB 13:15-15:00	20 自分の棚卸し 9:45-11:30	21 わークラブ 13:30-15:00	22 働き方を考える 9:45-11:30 GATB 13:15-15:00	23 天皇誕生日	24
25	26 はたらくための準備運動③ 13:30-14:30	27 コミュニケーション【聴く】 9:45-11:30 GATB 13:15-15:00	28 わークラブ 13:30-15:00	29		

※参加対象者：一定期間無業の状態にある概ね 15 歳から 49 歳までの働く意欲のある方

GATB（厚生労働省編 一般職業適性検査）	2名	実技・筆記による検査(自身の潜在的能力が 40 種類の職業の中から適職として示される)
はたらくための準備運動 ①②③	3名	日常生活を見直し、はたらくためのリズムを作る ②作業体験
コミュニケーション【聴く】	6名	相手の話をしっかり聞き取り、相手に伝える
コミュニケーション【対話】	6名	職場でのコミュニケーションを場面ごとに考える
コミュニケーション【表現】	6名	相手に伝わるように話すことを学ぶ
自己理解ワーク	4名	カードを使い、自身の価値観や性格を明確にする
社会人としてのマナー	6名	社会人にふさわしい服装や立ち居振る舞い、職場での言葉づかいを学ぶ
お金から見るライフプラン④	6名	生活にかかる費用を長期プランで計画する（オンライン講座をサポステで視聴）
自分の棚卸し	6名	自分の特徴や経験をジョブカードに書き出し、整理する
働き方を考える	6名	求人票を使って、働くための条件や環境など考える
わークラブ+ジョブトレ	3名	ボランティアや作業体験を通して、仕事に対する意識の向上を促すためのトレーニング
職場でのメンタルヘルス	6名	職場での人間関係をふまえて、ストレスの捉え方を学ぶ
職場でのルール	6名	勤怠のルール（遅刻・早退・欠勤・休暇のとり方）や報連相について学ぶ
就活クラブ	6名	仲間とともに就職活動をすすめる。1カ月の活動計画を立て、活動状況を報告する
履歴書の書き方	6名	履歴書の書き方と空白期間について考える

《参加のお申込み・お問合せ》

富山地域若者サポートステーション Tel 076-445-1998



