

とやまサポステの 就職支援セミナーご案内

2025年1月

日	月	火	水	木	金	土
			1 元旦	2 休業日	3 休業日	4
5	6 コミュニケーション【表現】 9:45-11:30 GATB 13:15-15:00	7 はたらくための準備運動① 13:30-14:30	8 社会人としてのマナー 9:45-11:30 就活クラブ 13:30-15:00	9 職場でのメンタルヘルス 9:45-11:30	10 職場でのルール 9:45-11:00 ワーククラブ 13:30-15:00	11
12	13 成人の日	14 コミュニケーション【対話】 14:00-15:30	15 自己理解ワーク 9:45-11:30 就活クラブ 13:30-15:00	16 GATB 13:15-15:00	17 自分の棚卸し① 9:45-11:30 ワーククラブ 13:30-15:00	18
19	20 働き方を考える 9:45-11:30 はたらくための準備運動② 13:30-14:30	21 コミュニケーション【聴く】 9:45-11:30 GATB 13:15-15:00	22 就活クラブ 13:30-15:00	23 はたらくための準備運動③ 13:30-14:30	24 自分の棚卸し② 9:45-11:30 ワーククラブ 13:30-15:00	25
26	27 休業日	28 休業日	29 就活クラブ 13:30-15:00	30 模擬面接 9:45-11:30 職業講話 13:30~15:00	31 お金から見るライフプラン 9:45-11:30 ワーククラブ 13:30-15:00	

※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
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	6 名	生活にかかる費用を長期プランで計画する
自分の棚卸し①②	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（①と②の両方参加推しよう）
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
ワーククラブ+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
模擬面接	6 名	面接時のマナー（入室から自己紹介や質疑応答、退室）を中心に本番同様シュミレーションする
職業講話	6 名	企業の経営者などから現場の話を聞き、職場観を養う

