

とやまサポステの 就職支援セミナーご案内

2025年5月

日	月	火	水	木	金	土
27	28	29	30	1 コミュニケーション【表現】 9:45-11:30 GATB 13:15-15:00	2 わークラブ 13:30-15:00	3 憲法記念日
4	5 こどもの日	6 振替休日	7 社会人としてのマナー 9:45-11:30 就活クラブ 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 わークラブ 13:30-15:00	10 サポステ交流会 10:00-11:30
11	12 自己理解ワーク 9:45-11:30 GATB 13:15-15:00	13 わークラブプラス 9:45-11:00 コミュニケーション【対話】 14:00-15:30	14 自分の棚卸し① 9:45-11:30 就活クラブ 13:30-15:00	15 働くための準備運動② 13:30-14:30	16 わークラブ 13:30-15:00	17
18	19 働き方を考える 9:45-11:30	20 GATB 13:15-15:00	21 自分の棚卸し② 9:45-11:30 就活クラブ 13:30-15:00	22 お金から見るライフプラン 9:45-11:30 職業講話 13:30-14:30	23 わークラブ 13:30-15:00	24
25	26 働くための準備運動① 13:30-14:30	27 わークラブプラス 9:45-11:00 GATB 13:15-15:00	28 コミュニケーション【聴く】 9:45-11:30 就活クラブ 13:30-15:00	29 履歴書の書き方 9:45-11:30	30 わークラブ 13:30-15:00	31 

※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)
働くための準備運動 ①②	4名	日常生活を見直し、働くためのリズムを作る ①集団に馴染む ②生活習慣の改善
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	6名	自分の性格傾向や行動パターンを把握し、関わり方を考える
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 (
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	3名	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
わークラブプラス	3名	グループ内のコミュニケーションを通して緊張感を和らげ、職場見学を通して職業観を学ぶ
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
職業講話	6名	企業の経営者などから現場の話を聞き、職業観を養う
サポステ交流会	6名	サポステを経て就職した方のための交流会

