とやまサポステの　就職支援セミナーご案内　2026年12月

日	月	火	水	木	金	土
		1 わークラブプラス 9:45-11:00 GATB 13:15-15:00	2 就活クラブ 13:30-15:00	3 働くための準備運動③ 13:30-15:00	4 職場でのルール 9:45-11:00 わークラブ 13:30-15:00	5
6	7 ｺﾐｭﾆｹｰｼｮﾝ【表現】 9:45-11:30	8 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	9 就活クラブ 13:30-15:00	10 自己理解ワーク① 9:45-11:30	11 GATB 13:15-15:00	12
13	14 自分の棚卸し① 9:45-11:30	15 わークラブプラス 9:45-11:00 GATB 13:15-15:00	16 就活クラブ 13:30-15:00	17 働くための準備運動② 13:30-14:30	18 働き方を考える 9:45-11:30 わークラブ 13:30-15:00	19
20	21 自分の棚卸し② 9:45-11:30 働くための準備運動① 13:30-14:30	22 お金から見るﾗｲﾌﾌﾟﾗﾝ 9:45-11:30	23 面接練習 9:45-11:30 就活クラブ 13:30-15:00	24	25 ｺﾐｭﾆｹｰｼｮﾝ【聴く】 9:45-11:30 自己理解ワーク② 13:30～16:00	26 サポステ交流会 10:00-11:30
27	28 GATB 13:15-15:00	29	30	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 ①②③	6名	日常生活を見直し働くためのリズムを作る ①コミュニケーションチェック　②生活習慣の改善　③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、相手に分かりやすく伝える
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、練習する
コミュニケーション【表現】	6名	自己紹介マップを作成し、相手に伝わるように話す
自己理解ワーク①②	6名	自分の価値観や体調の変化・行動パターンを把握し、５感を使った習慣のアイディアを考える ①価値観ワーク　②ストレス対策　(①と②の両方参加しよう)
お金から見るライフプラン	6名	生活にかかる費用や福利厚生を学び、お金の収支を考える
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
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	6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
職場でのルール	6名	勤怠（遅刻・早退・欠勤・休暇のとり方）や職場でのあるあるルールを学ぶ
就活クラブ	6名	仲間といっしょに就職活動を具体的に進める（求人票検索、書類の作成など）
面接練習	6名	どんな会社で働きたいか、会社は何を求めているのかを考え、面接に臨む態度を練習する
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

《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**

サポステ 地域若者サポートステーション