

07月

イベントカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
閉庁日	10:00~13:00 就労体験 事務アシスタント編 (定員1名)	10:30~11:30 体力づくり講座 ウォーキング&清掃編	10:30~11:30 就職活動講座 自己PRの作り方編	10:30~11:30 働く前の心構え講座 電話応対編	10:30~11:30 自己理解促進講座 エゴグラム編	
				13:00~16:00 むつ出張相談		
8	9	10	11	12	13	14
閉庁日	10:00~13:00 就労体験 事務アシスタント編 (定員1名)	10:00~11:30 しゃべり 場交流会 (定員7名)	10:30~11:30 就職活動講座 面接対策編	10:30~11:30 就職活動講座 働く意義編	10:30~11:30 働く前の心構え講座 身だしなみ編	10:30~11:30 コミュニケーション講座 聴き方編
			13:00~14:00 職業人講話 ドッグトレーナー	13:00~16:00 野辺地出張相談		
15	16	17	18	19	20	21
閉庁日	閉庁日	10:00~13:00 就労体験 事務アシスタント編 (定員1名)	10:30~11:30 パソコン講座 ワード編	10:00~11:30 集中力UP 目の体操	10:30~11:30 働く前の心構え講座 ビジネスマナー編	11:00~12:00 就職活動講座 求人票の見方編
				13:00~16:00 むつ出張相談		
22	23	24	25	26	27	28
閉庁日	10:00~13:00 就労体験 事務アシスタント編 (定員1名)	10:30~11:30 働く前の心構え講座 報連相・メモの取り方	10:30~12:00 働く前の心構え講座 メイクアップ編		10:00~11:30 緊張をほぐす メンタルトレーニング	
				13:00~16:00 野辺地出張相談	13:00~14:30 お仕事プチ体験 サポステ編 (通信の発送)	
29	30	31	<ul style="list-style-type: none"> ・あおサポでは学校を卒業・中退後、あるいは仕事を辞めた後、長期に職業に就けず、悩んでいる若者(15歳~39歳)を対象としております。 ・各講座は、少人数制のプチ講座です。(定員5名) ・ご希望の講座は複数のお申込みが可能です。 ・各講座の受講はあおサポへの登録・面談を経た上で、ご利用になれます。 ・ウォーキングなど、雨天で中止になった場合、こちらから連絡いたします。 			
閉庁日	10:00~13:00 就労体験 事務アシスタント編 (定員1名)	10:30~11:30 パソコン講座 エクセル編				

※各講座の会場は、**アスパム3F(あおもり若者サポートステーション)**で開催いたします。
 ※就労体験に関する詳細は、裏面をご確認ください。



※お時間は、表面をご確認ください。 ※少人数制のプチ講座です。ご希望の講座がございましたら、お電話・メールにて受付しております。お気軽にお問合せください。

日にち	イベント名	詳細内容	備考
3日(火)	体づくり講座 ウォーキング&清掃編	就職前に体力をつけたい方、ストレスを解消したい方など、アスパム周辺を一緒に散策しながら、清掃しましょう。	軍手・ごみ袋をご準備して動きやすい服装でご参加ください。
4日(水)	就職活動講座 自己PRの作り方	応募書類や面接で何をPRしていいかわからないという方、自分の持つ特性を整理しましょう。	
5日(木)	働く前の心構え講座 電話応対編	電話応対によって、相手に与える「自社のイメージ」も変わります。電話に不安を持っている方、一緒に練習してみませんか？	
6日(金)	自己理解促進講座 エゴグラム編	自分の心のクセをエゴグラムというグラフで見てください。意外な自分に会えるかもしれません。	
9日(月)	しゃべり場交流会	慣れない集団生活の場に入るトレーニングにもなります。ちょっとぶり勇気を出して、利用者同士の交流会に参加してみませんか？	会場：木村ビル (詳細は参加者にお伝えいたします)※定員7名
10日(火)	就職活動講座 面接対策編	面接官の視点や面接でよく聞かれる質問、受け答え方のポイントを学び、面接に対する苦手意識を少しでも克服しよう。	
11日(水)	就職活動講座 働く意義編	なんのために働くの？働く意味って？そんな疑問を感じたことはありませんか？お金+「何か」を一緒に考えましょう。	
	職業人講話 ドクトレーナー	ドッグトレーナーの仕事内容、経験してきたこと、社会貢献活動への思いを語っていただきます。	
12日(木)	働く前の心構え講座 身だしなみ編	ヘアケア・エチケットケア、スーツの着こなしなど、第一印象で損をしないためのポイントをお伝えします。	男性限定
13日(金)	コミュニケーション講座 聴き方編	聞き上手になるためのちょっとしたコツを学びませんか？人間関係が少し楽になるかもしれません。	
17日(火)	パソコン講座 ワード編	基本的なビジネス文書の他に、案内状などを作ります。	
18日(水)	集中力UP 目の体操	目で見た情報を正確に集め、脳で理解し、からだで反応していくことを「見る力=視覚」と言います。目の体操で仕事の効率アップ、集中力アップを目指しましょう。	
19日(木)	働く前の心構え講座 ビジネスマナー編	仕事が円滑に進むための基本的なマナーと心構えを学ぶ講座です。仕事を気持ちよくこなせるようになりましょう。	
20日(金)	就職活動講座 求人票の見方編	社会保険ってなに？シフトって？1日何時間働くの？など、求人票の見方を一からご説明いたします。	
24日(火)	働く前の心構え講座 報告/連絡/相談 メモの取り方編	仕事をする上で必要不可欠な「報告・連絡・相談(ほうれんそう)」の重要性について理解を深めます。	
25日(水)	働く前の心構え講座 メイクアップ編	就活向きのメイクとは？あなたの疑問にプロがお答えいたします！(協力企業：株式会社ポーラ様)	女性限定
27日(金)	緊張をほぐす メンタルトレーニング	どのような状況においても心穏やかに対処できるメンタリティーを養う練習をします。軽い運動、呼吸法など家でもできる簡単な方法を学びましょう。	
	お仕事プチ体験 サポステ編(通信の発送)	「あおサポ通信」を発送する準備を行います。通信の折込みや封筒に入れるといった軽作業を協力して行います。	
31日(火)	パソコン講座 エクセル編	エクセルはさまざまな場面で使われる代表的な表計算ソフトです。様々な機能を体験してみましょう。	

就労体験：事務アシスタント編(定員各1名)

- ◎体験内容：本の封入・発送作業、ファイリング、データ入力、その他雑務
- ◎日時：7月2日・9日・17日・23日・30日 10:00～13:00 ◎場所：青森市栄町
- ◎就労体験は事前に指定する講座の受講と個別面談後、体験先と相談の上、決定させていただきます。詳細は、スタッフまで一度お気軽にご相談ください。