



イベントカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
			閉庁日	閉庁日		14:30~17:00 Web面談 (Skype使用)
6	7	8	9	10	11	12
閉庁日	10:30~11:30 パソコン講座 ワード編	10:30~12:00 コミュニケーション講座 アサーション編 ※別会場	10:30~11:30 就職活動講座 応募書類の書き方編	10:30~11:30 自己理解促進講座 エゴグラム編	10:30~12:00 働く前の心構え講座 集中力UP編	
				13:00~16:00 野辺地出張相談		
13	14	15	16	17	18	19
閉庁日	閉庁日	10:30~11:30 しゃべり 場交流会 ※別会場	10:30~12:00 コミュニケーション講座 雑談力UP編	10:30~12:00 自己理解促進講座 カードコーチング編	10:30~11:30 就職活動講座 面接対策編	14:30~17:00 Web面談 (Skype使用)
				13:00~16:00 むつ出張相談		
20	21	22	23	24	25	26
閉庁日	閉庁日	閉庁日	閉庁日	10:30~11:30 働く前の心構え講座 電話対応 伝え方編	10:30~11:30 働く前の心構え講座 報連相・メモの取り方	
				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)	
27	28	29	30	31		
閉庁日	10:30~11:30 コミュニ ケーション 講座 聴き方編	10:00~12:00 職場体験 事務アシ スタント編	10:30~11:30 パソコン講座 エクセル編(中級)	10:30~11:30 働く前の心構え講座 ビジネスマナー編		



※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。
 ※職場体験は、事前に指定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。

Pick Up!

今月のおすすめイベント情報

※お時間は、表面をご確認ください。 ※少人数制のミニ講座です。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
5日/19日(土)	Web面談 (Skype使用)	サポステまでなかなか通所できない方が対象です。事前にメール又は電話でご予約下さい。 ※相談時間 ①14:30~15:30 ②16:00~17:00	※通信費(パケット代)は自己負担となりますのでご注意ください。
15日(火) 28日(月)	職場体験 事務アシスタント編	体験内容:本の封入・発送作業・その他雑務 ※事前に、指定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!	体験先:(株)廣済堂 (栄町1-4-1) ※定員各1名
7日(月)	パソコン講座 ワード編	ワードの基本的な操作の練習や簡単な文書作成を行います。ワードを触ったことがない方もご参加いただけます。	
8日(火)	コミュニケーション講座 アサーション編	相手を気にしすぎて、自分の気持ちを我慢することはありませんか?この講座では、自己尊重のコミュニケーションの考え方と進め方を学び、豊かな人間関係の構築を目指します。 外部講師:法務少年支援センター	会場:奏海2階(本町2-1-10/青森労働金庫向い)※定員10名 ※車の方は事前にご相談ください
9日(水)	就職活動講座 応募書類の書き方編	志望動機ってどう書くの?ブランクがあってPRできるものがない。送付状って何?など、書類作成のヒントが得られます。	
10日(木)	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емいましょう。意外な自分に会えるかもしれません。	
11日(金)	働く前の心構え講座 集中力UP編	目で見え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。	
15日(火)	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。雑談力がUPするかも!スタッフも毎回楽しみにしています。	会場:奏海2階(本町2-1-10/青森労働金庫向い)※定員10名 ※車の方は事前にご相談ください
16日(水)	コミュニケーション講座 雑談力UP編	雑談は職場の潤滑油!ちょっとした雑談が人間関係を円滑にします。初対面の方と何を話せばいいかわからない方に!	
17日(木)	自己理解促進講座 カードコーチング編	心にピンとくるカードを引いてあなたの深い意識の声を聴いてみましょう。自分の知らなかった『私』に出会えるかもしれません。	
18日(金)	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などを学び、面接に対する苦手意識を少しでも克服しよう。	
24日(木)	働く前の心構え講座 電話対応 伝え方編	情報を正確に聞き取り、簡潔に伝えるコツを学びます。電話以外の場面でも役立つかも!	
25日(金)	働く前の心構え講座 報・連・相/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。	
	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。通信の折り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。	
28日(月)	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。	
29日(火)	パソコン講座 エクセル編(中級)	仕事で大活躍するエクセルで、簡単な計算や関数を使ったデータの作成を練習します。	
30日(水)	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。	

