



イベント カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	10:00~12:00 職場体験 事務アシスタント編			10:30~11:30 働く心構え講座 集中力UP編	10:30~11:30 働く心構え講座 電話の受け方編	
				13:00~15:00 むつ出張相談		14:30~17:00 Web面談 (Skype使用)
7	8	9	10	11	12	13
閉館日	10:30~11:30 パソコン講座 ワード編	10:00~12:00 職場体験 事務アシスタント編	10:30~11:30 職業人講話 クリーニング業編	10:30~11:30 サポトーク ※別会場	10:30~11:30 就職活動講座 面接対策編	
				13:00~15:00 野辺地出張相談		
14	15	16	17	18	19	20
閉館日	10:00~12:00 職場体験 事務アシスタント編			10:30~11:30 自己理解促進講座 エゴグラム編	10:30~12:00 自己理解促進講座 カードコーチング編	
				13:00~15:00 むつ出張相談	13:00~14:30 お仕事プチ体験 サポステ編 (通信の発送)	14:30~17:00 Web面談 (Skype使用)
21	22	23	24	25	26	27
閉館日	10:30~11:30 パソコン講座 エクセル編(初級)	10:30~12:00 体力づくり講座 心と体のセルフケア編	10:30~11:30 働く心構え講座 報連相・メモの取り方編	10:30~11:30 就職活動講座 仕事の選び方編	10:30~11:30 コミュニケーション講座 リフレーミング編	
				13:00~15:00 野辺地出張相談		
28	29	30	<div style="border: 2px solid red; border-radius: 15px; padding: 10px;"> <p>・あおサポでは、15~39歳の方で 長期に仕事に就けていない方/学校中退が明確化した就職希望者/卒業時、就職が決まっていない方等 を対象に就職に向けた支援を行っています。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・各講座は、少人数制のミニ講座です。(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、ご利用いただけます。 </div>			
閉館日	閉館日	閉館日				

※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。

※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
1日/8日/15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
4日(木)	働く心構え講座 集中力UP編	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。	
5日(金)	働く心構え講座 電話の受け方編	電話対応によって、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、この機会に一緒に練習してみませんか？	
6日/20日(土)	Web面談 (Skype使用)	サポートまでなかなか通所できない方が対象です。前日迄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。
8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。	
9日(火)	職業人講話 クリーニング業編	『誠実・進歩・感動』を経営理念に掲げる(株)東洋社さまより、クリーニング業の仕事について貴重なお話をいただきます。	
10日(水)	サポトーク	一つの目標に向かって、協力して作業を行うコミュニケーションゲームをします。チームにおける自分の役割を体験してみましょう。	会場：奏海2階(本町2-1-10/青森労働金庫向い)※定員8名※車の方は事前にご相談ください
11日(木)	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。	
18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てください。意外な自分に会えるかもしれません。	
19日(金)	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。	
	お仕事プチ体験 サポート編(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。	
22日(月)	パソコン講座 エクセル編(初級)	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。初級では基本的な部分を一緒に練習します。	
23日(火)	体力作り講座 心と体のセルフケア編	心の健康は、体づくりと深く関係しています。家でも簡単にできる体のセルフケアの仕方を学び、モチベーションを高めていきましょう。	
24日(水)	働く心構え講座 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。	
25日(木)	就職活動講座 仕事の選び方編	仕事を選ぶ際に「やりたいこと」・「できること」どちらを優先しますか？応募までのあと一歩が踏み出せない方はぜひ！	
26日(金)	コミュニケーション講座 リフレーミング編	物事に肯定的な意味づけができるようになれば、人との関わり方にも少し自信がつかます。	