



働く力をつける ミニ講座カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
						1
<p>・あおもり若者サポートステーションは、<u>15～49歳の方で一定期間仕事に就けていない方や学校を中退又は卒業時に就職が決まっていない方等</u>を対象としております。</p> <p>・各講座は、あおサポへ登録と面談を経た上ですべて無料でご利用いただけます。ミニ講座は完全予約制です。<u>会場は裏面をご覧ください。</u></p>						
2	3	4	5	6	7	8
休館日	休館日	11:00～12:00 就職活動講座 応募書類の書き方編	10:00～12:00 パソコン講座 ワード① ビジネス文書作成編 (基礎・書式設定)	9:00～17:00 むつ出張相談		
		13:00～14:00 働く心構え講座 ビジネスマナー編	13:00～14:00 働く心構え講座 電話の受け方編	15:30～16:30 体と心を整える ウォーキング		
9	10	11	12	13	14	15
休館日		9:30～12:00 お仕事模擬体験 事務補助編	10:00～12:00 パソコン講座 ワード② ビジネス文書作成編 (図表挿入)	10:00～16:00 野辺地出張相談		
		13:00～14:00 自己理解講座 価値観編	13:00～14:00 パソコン講座 エクセル編(初級)			
16	17	18	19	20	21	22
休館日		10:00～12:00 パソコン講座 ワード③ ビジネス文書作成編 (総合演習)	11:00～12:00 就職活動講座 面接対策編	9:00～17:00 むつ出張相談		
		13:00～14:00 働く心構え講座 働く意義編	13:00～14:00 就職活動講座 自己PRの作り方編	13:30～15:00 契約の基礎知識を 学ぼう ～就活不安につけこんだ消費 トラブルに遭わない為に～		
23/30	24	25	26	27	28	29
休館日	休館日	11:00～12:00 働く心構え講座 報連相・メモの 取り方編		10:00～ 11:00 就職活動 講座 求人検索の 仕方編	10:00～ 16:00 野辺地 出張相談	休館日
		13:00～14:30 サポステ交流会				

あおもり若者サポートステーション TEL:017-775-5301 開館時間 8:30～17:15
(住所:青森県青森市安方1-1-40 青森県観光物産館アスパム3階)

あおもり若者サポートステーションは青森労働局から委託を受け、あおもりのキャリアの会社 株式会社 I・M・S が運営しています

Pick Up!

今月のミニ講座内容

日付	講座名	詳細内容	備考
4日 (火)	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？ ブランクがあつて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。	会場：リンクモア平安閣市民ホール1階 (4) 定員:各6名
	働く心構え講座 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す。	
5日 (水)	ワード① 基礎・書式設定 ビジネス文書作成編	ワードの知識を基礎からお伝えいたします！ ワード①では効率よく作業するための入力のコツや書式設定を練習します。	会場：リンクモア平安閣市民ホール1階 (5) 定員:午前2名・午後6名
	働く心構え講座 電話の受け方編	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。電話に不安がある方、この機会に一緒に練習してみませんか？	
6日 (木)	体と心を整える ウォーキング	周囲の景色を眺めたり会話をしながら、一緒に歩いてみませんか？ 体だけでなく、心も一緒にリフレッシュ！	集合・解散場所: サポステ 定員:5名（雨天中止） 【服装】歩きやすい服装 【持ち物】飲み物、タオル
11日 (火)	お仕事模擬体験 事務補助編	これまでの面談や講座で学んだ働くための基礎が身に付いているか、お仕事模擬体験を通じて実践してみましょう。	会場：リンクモア平安閣市民ホール1階 (4) 定員:午前3名・午後6名
	自己理解講座 価値観編	仕事をするときに最も大切にしている価値観や生き方を視覚化しましょう。	
12日 (水)	ワード② 図表の挿入 ビジネス文書作成編	ワード②ではビジネス文書をワンランクアップさせる図表の挿入を練習します。	会場：リンクモア平安閣市民ホール1階 (4) 定員:各2名
	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と一緒に練習します。	
18日 (火)	ワード③ 総合演習 ビジネス文書作成編	ビジネス文書の作成に必要なワードの知識を基礎からお伝えいたします！ ワード③では①、②で学習した内容を活かし、一からビジネス文書の作成にチャレンジします。	会場：リンクモア平安閣市民ホール1階 (4) 定員:午前2名・午後6名
	働く心構え講座 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。	
19日 (水)	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ましょう。	会場：リンクモア平安閣市民ホール1階 (5) 定員:各6名
	就職活動講座 自己PRの作り方編	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。	
20日 (木)	契約の基礎知識を 学ぼう ～就活不安につけこんだ消費ト ラブルに遭わない方に～	契約・消費トラブルから身を守る知識を学んでみませんか？ 就活に関するトラブル事例を交えながら気を付けたいポイントをお伝えします。	会場:アスパム9階 南部 定員:12名程度
25日 (火)	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。	会場：リンクモア平安閣市民ホール1階 (4) 定員:各6名
	サポステ交流会	コミュニケーションゲームやトーク等を通して、他者と自然に交流を図ります。お互いの価値観や考え方を知り、信頼関係を築く練習をします。	
27日 (木)	就職活動講座 求人検索の仕方編	ハローワークインターネットサービスを活用した求人検索のコツやハローワークの利用方法について学びます。	会場：ハローワークヤング プラザ 集合：サポステ 定員：3名