

下越サポステ 村上サテライト 平成30年度2月予定表

H31.1.23発行

月	火	水	木	金	土	日	
			※2/20(水)～2/28(木)に窓清掃 のプレ実習または、本番が入る予定です。		1	2	3
					朝活 10:00～11:30 自己発見講座		
4	5	6	7	8	9	10	
朝活 10:00～11:30 コミュニケーション キャリコン相談 11:30～16:30	朝活 10:00～11:30 キャリアセミナー (窓清掃の挨拶練習)	朝活 10:00～11:30 窓清掃	朝活 10:00～11:30 ボールペン字 キャリコン相談 11:30～16:30	サポステ 事務所休み			
11	12	13	14	15	16	17	
サポステ 事務所休み (建国記念日)	朝活 10:00～11:30 職業人講話 HWセミナー 13:30～15:30	朝活 10:00～11:30 窓清掃	朝活 10:00～11:30 調理体験 キャリコン相談 11:30～16:30	朝活 10:00～11:30 自己発見講座 職業適性検査(GATB) 13:30～16:00			
18	19	20	21	22	23	24	
朝活 10:00～11:30 体力アップ キャリコン相談 11:30～16:30 ハロワーク村上出張相談 14:00～16:00	朝活 10:00～11:30 GO!!ハロワーク	朝活 10:00～11:30 窓清掃	朝活 10:00～11:30 ボールペン字 キャリコン相談 11:30～16:30	朝活 10:00～11:30 自己発見講座 胎内サテライト出張相談 13:30～ 親の会 19:00～21:00			
25	26	27	28	詳しい内容は裏面をご覧ください 			
朝活 10:00～11:30 S S T キャリコン相談 11:30～16:30 ハロワーク村上出張相談 14:00～16:00	朝活 10:00～11:30 スキルアップ セミナー	朝活 10:00～11:30 窓清掃	朝活 10:00～11:30 心のエクササイズ キャリコン相談 11:30～16:30				

H30年度 参加者募集！！



朝活メニュー



～就職予備校の講座！！朝活で就労を目指そう！！～

村上市地域経済振興課

&

下越地域若者サポートステーション
村上常設サテライト

協働
事業

朝活は、15歳から39歳までの就労準備や生活リズムを整えるための活動です。目的に合わせたプログラムを用意しています。積極的な参加をお待ちしております。

H30.11.6

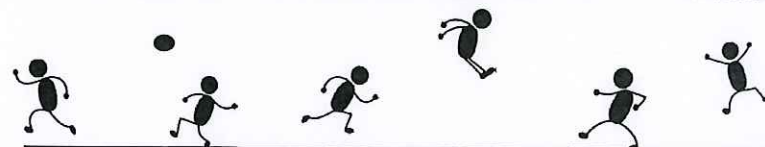
メニュー	講師・担当	内容	備考
コミュニケーション	ウェルネス村上	ゲーム感覚を取り入れたニュースポーツ等でコミュニケーション力をつけよう。	動きやすい服装、内履き、水分
SST	村上ohanaネット 渡辺 ひろみ 氏	より良い人間関係を築くスキルを色々な角度から学びコミュニケーション力を向上させよう。	
体カアップ	ウェルネス村上	就労の為の大事な体力、楽しく体を動かし、健康な体を手に入れよう。	動きやすい服装、内履き、水分
心のエクササイズ	産業カウンセラー 百都 礼子 氏	自分の心(気分)と身体の状態に気づき“心の持つ力”を最大限に引き出そう。	
GO!!ハローワーク	サポステスタッフ	サポステスタッフとハローワークへ行き、職業検索のコツを教えます。	
キャリアセミナー	サポステスタッフ	自己理解を深めて職業選択、今後の職場での関わり方について学びます。	
スキルアップセミナー	サポステスタッフ	仕事の価値観ワーク、仕事力発見ワーク、1分間スピーチを月替わりで行います。	
講話・ボランティア	サポステスタッフ	経験のある方を招き、職業人講話を行います。また、ボランティア活動へも参加します。	
職場見学・体験	サポステスタッフ	見学体験を4回1セットとして行い、その企業でジョブトレーニングを行います。	
自己発見講座	NPO法人ここスタ 鈴木 久子氏 佐藤 優子氏	体験!!経験!!自己発見!!潜在している自分の強みを見つけよう。	
ボールペン字	日本習字四段 遠山 裕子 氏	美しい文字で履歴書に差をつけよう。	
調理体験	調理師・食育アドバイザー 水谷 文江 氏	一人で手軽に調理できる業(わざ)を手に入れよう。	材料費300円、エプロン、三角巾、マスク、箸
村上の産業	村上市内企業	村上の産業を知り、応募の手がかりを見つけよう。	

時間 10:00～11:30

場所 下越地域若者サポートステーション
村上常設サテライト
(瀬波地域コミュニティセンター内)

※全ての講座は、予約制です。
受講したい方は、前日正午までお問い合わせください。

(調理体験は、材料準備の都合上、前々日正午までとなります。参加費は、お申し込み時に徴収いたします。当日キャンセルの場合、返金はできませんが、作った物を当日に限りお渡しは可能です。



<お願い>

- ・やむをえず欠席の場合は、必ずご連絡ください。
- ・講座によっては、教材費が別途かかる場合があります。
- ・毎月の講座の詳細は、月の予定表をご確認ください。
- ・その他気になる事は、お気軽にスタッフにお問い合わせ下さい。

【お問い合わせ】 下越地域若者サポートステーション村上常設サテライト

0254-50-1553