



2024年 9月 ちばサポステ セミナーカレンダー



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3 13:00~14:30 コミュニケーション こんな時どうする? ~社会編~	4 13:00~14:30 就活応援 知っておきたいお金の知識	5 13:00~14:30 就活応援 クイズで敬語を マスターしよう3	6 13:00~14:30 自己理解 家族との関係性から 自己理解を深めよう ※外部講師によるセミナー	7 ★13:00~15:00 リクリエーション カードゲーム ◆和室
8	9	10 13:00~14:30 就活応援 ビジネスマナークイズ2	11 13:00~14:30 就活応援 面接対策 第一印象をよくするには	12 13:00~14:30 こころの健康 うつやトラウマなど メンタルヘルスの勉強会	13 ★10:00~11:30 コミュニケーション 誰もが持っている アンコンシャス・バイアス ◆大原学園千葉校	14 ★13:00~15:00 リクリエーション バドミントン ◆実技場
15	16	17 13:00~14:30 こころの健康 HSPについての勉強会 (身体へのアプローチも)	18 13:00~14:30 業界研究セミナー 新聞配達ってどんな仕事? ※外部講師によるセミナー	19 13:00~14:30 就活応援 メモを取ろう	20 ★10:00~11:30 こころの健康 自分も相手も大切にする コミュニケーションのコツ ◆大原学園千葉校	21 ★13:00~15:00 家族セミナー 就労していない方がいる ご家族向けセミナー
22	23	24 13:00~14:30 自己理解 これから咲く華 ※外部講師によるセミナー	25 ★13:00~15:30 合同企業説明会 in ちば ◆“ちば仕事プラザ” 2階	26 13:00~14:30 就活応援 応募書類 「自己PR」を書くコツ	27 13:00~14:30 就活応援 クイズで敬語を マスターしよう1	28
29	30	<p>★は開始時刻が、◆は会場が 変わっています。ご注意ください。</p>				

合同企業説明会 in ちば を開催します!

ちばサポステ主催の合同企業説明会を開催します。地元の企業を中心に、10社程度の参加を予定しています。就労への第一歩になるかもしれません! 皆様のご参加をお待ちしています。

日時: 2024年9月25日(水) 13:00~15:30 会場: ちば仕事プラザ 2階

◆お申込み・お問い合わせはちばサポステまで



9月のセミナー追加情報



3日(火)	こんな時どうする? ~社会編~	周囲の人と気まずい関係にならないための対応のヒントをお伝えします。
4日(水)	知っておきたいお金の知識	就職前に、生活していくのにどのくらいお金がかかるのか再確認。社会保険や税金のしくみも知っておきましょう。
5日(木)	クイズで敬語をマスターしよう3	敬語が使えると就職してからはもちろん、面接でも好印象を与えることができます!
6日(金)	家族との関係性から自己理解を深めよう	就職活動で自分に余裕がないときに、家族との関わり方で悩む場合もあり、そのような状況での自分にとって負担の少ない距離感や接し方について考えるプログラムです。 ※リタリコワークス提供
7日(土)	カードゲーム	今月は簡単なカードゲーム(UNOカード、トランプなど)でコミュニケーションをとってみよう。
10日(火)	ビジネスマナークイズ2	ビジネスマナーを学び、仕事をスムーズに進めましょう!
11日(水)	面接対策 第一印象をよくするには	面接で一番大事なのは、相手によい印象を持ってもらうこと。よい印象の作り方と、上手に自分をアピールする方法を学びます。
12日(木)	うつやトラウマなどメンタルヘルスの勉強会	うつやトラウマなどメンタルヘルスの勉強会です。ポリヴェーガル理論(自律神経の理論)の視点で見てください。
13日(金)	誰もが持っているアンコンシャス・バイアス	アンコンシャス・バイアス(無意識の偏見)について知って、気づいて、思い込みにはばられない生活を目指しましょう。 会場は大原学園千葉校です。
14日(土)	バドミントン	バドミントンで体と心をほぐしましょう! 初心者の方も大歓迎です。※道具はサポステで用意します。着替えだけご用意ください。
17日(火)	HSPについての勉強会(身体へのアプローチも)	HSPとは敏感な人のことです。考えすぎる人、感情を感じすぎる人、何かを察知しすぎる人。どんな特性なのか詳しく知り身体へのアプローチも試しましょう。
18日(水)	新聞配達ってどんな仕事?	新聞配達のお仕事について知るチャンスです。そのやりがいや魅力に触れてみませんか。サポステから就労につながった実績もあります! ※朝日新聞サービスアンカー検見川INT提供
19日(木)	メモを取ろう	就職してから困らないように、メモの基本的な取り方を学び、自分に合ったメモの取り方を考えましょう。
20日(金)	自分も相手も大切にコミュニケーションのコツ	自分も相手も大切にコミュニケーション(NVCのエッセンス)。まずは自分が大切にしているものに気づくワークをします。 会場は大原学園千葉校です。
21日(土)	就労していない方がいるご家族向けセミナー	就労していない方がいるご家族のみならず、ご本人の自立に向けて一緒に考えてみませんか?
24日(火)	これから咲く華	あなたの苦手な部分を“伸びしろ”に変えてしまう、とっておきのリフレーミング的捉え直し術をお伝えします! ※ディーエンカレッジ提供
25日(水)	合同企業説明会 in ちば	ちばサポステ主催、令和6年度第2回の合同企業説明会です。会場は“ちば仕事プラザ”の2階です。
26日(木)	応募書類「自己PRを書くコツ」	自分の強みを知って、応募書類に生かす方法を考えます。ポイントを押さえれば自己PRも簡単!
27日(金)	クイズで敬語をマスターしよう1	敬語が使えると就職してからはもちろん、面接でも好印象を与えることができます!



9月の出張相談

千葉駅前

日時:9月5日(木)・19日(木)
10:30~15:30

会場:ハローワークちば駅前プラザ内
千葉市中央区新町 3-13
日本生命千葉駅前ビル1F

八千代市

日時:9月13日(金)・26日(木)
10:00~16:00

会場:八千代市役所1F
第1相談室
八千代市大和田新田 312-5

四街道市

日時:9月12日(木)・27日(金)
10:00~16:00

会場:四街道市総合福祉センター3F
相談室 2
四街道市鹿渡無番地

2024年 10月 ちばサポステ セミナーカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
		1 13:00~14:30 こころの健康 こころと体が軽くなる アプローチ	2 13:00~14:30 自己理解 タイプ診断で自分の 価値観を知ろう	3 13:00~14:30 コミュニケーション コミュニケーションの 本質とは？	4 13:00~14:30 就活応援 電話対応にチャレンジ1	5 ★13:00~15:00 リクリエーション 卓球 ◆実技場
	6	7	8 13:00~14:30 コミュニケーション 相手目線のわかりやすい 伝え方	9 ★13:00~15:00 PC講座 Excel 基礎	10 13:00~14:30 就活応援 クイズで敬語を マスターしよう	11 ★10:00~11:30 こころの健康 ニーズカードを使って モヤモヤの正体を知ろう ◆大原学園千葉校
13	14	15 13:00~14:30 就活応援 メモを取ろう	16 13:00~14:30  業界研究 成長産業！ 浄化槽の世界とは？	17 13:00~14:30 就活応援 知っておきたいお金の知識	18 13:00~14:30 仕事理解 「どんな仕事なのかな？」 を解決しよう	19 ★13:00~15:00 家族セミナー 就労していない方がいる ご家族向けセミナー
20	21	22 13:00~14:30 こころの健康 対話をしながら フォーカシング	23 13:00~14:30 就活応援 面接対策 第一印象をよくするには	24 13:00~14:30 就活応援 面接の質問にどう答えるか を徹底対策しよう！	25 ★10:00~11:30 コミュニケーション 我慢しすぎない自己表現を 身につけよう ◆大原学園千葉校	26 ★13:00~15:00 リクリエーション モノポリゲーム ※会場はセミナールームです
27	28	29 13:00~14:30 就活応援 読みやすい文章を書こう	30 ★13:00~15:00 PC講座 Excel 応用	31 	 ★は開始時刻が、 ◆は会場が変わっ ています	

セミナーに参加しよう！

ちばサポステでは、多様なセミナーを開催しています。あなたも参加してみませんか？

「知っておきたいお金の知識(就活応援)」に参加した方の感想を紹介します



普段、目を背けがちなお金の問題と向き合うことから始めて、
将来について考えていかねばならないな、と思いました。

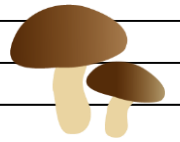




10月のセミナー追加情報



1日	(火)	こころと体が軽くなるアプローチ	心と体はつながっていることを体感してみましょう。どちらも軽くなるセルフケアをお伝えします。
2日	(水)	タイプ別診断で自分の価値観を知ろう	あなたはどのタイプ？ 簡単なチェックで、仕事に対する価値観を考えてみましょう。
3日	(木)	「コミュニケーション」の本質とは？	なぜ、人と話をすることが難しいのだろう？ どうして自分の真意が相手に伝わらないのだろう？ を考える。
4日	(金)	電話対応にチャレンジ1	職場での様々な場面で必要になる電話対応について学びましょう。
5日	(土)	卓球	卓球をとおして、楽しみながらコミュニケーションを図ります。※道具はサポステで用意しますが、マイ・ラケットの持ち込みも歓迎します
8日	(火)	相手目線のわかりやすい伝え方	気持ちをうまく伝えられない、何を言いたいのかとよく言われる、そんな悩みを解決するポイントをお伝えします。
9日	(水)	Excel 基礎	ビジネスシーンでよく使われる関数機能と効率よく Excel 表を作成するための基礎的操作を学びます。
10日	(木)	クイズで敬語をマスターしよう1	敬語が使えると就職してからはもちろん、面接でも好印象を与えることができます！
11日	(金)	ニーズカードを使ってモヤモヤの正体を知ろう	モヤモヤやイライラなどは自分が大切にしている何かが満たされないから。その大切にしているものが何かを知ることで心が軽くなる可能性があります。ニーズカードを使って紐解きましょう。 ◆会場は大原学園千葉校です
15日	(火)	メモを取ろう	就職してから困らないように、メモの基本的な取り方を学び、自分に合ったメモの取り方を考えましょう。
16日	(水)	成長産業！ 浄化槽の世界とは？	ますます成長が期待できる浄化槽の世界！ 点検・修理・設置の仕事の魅力と、千葉市にあるユニークな企業のご紹介セミナーです！ ※有限会社フジテクノ 提供
17日	(木)	知っておきたいお金の知識	就職前に、生活していくのにどのくらいお金がかかるのか再確認。社会保険や税金のしくみも知っておきましょう。
18日	(金)	「どんな仕事なのかな？」を解決しよう	仕事理解は「どんな仕事なのかな？」と調べることが必須。厚生労働省の提供する職業総合サイトの活用法をお伝えします。
19日	(土)	就労していない方がいるご家族向けセミナー	就労していない方のいるご家族のみなさま、ご本人の自立に向けて一緒に考えてみませんか？
22日	(火)	対話をしながらフォーカシング	フォーカシングとは、言葉にならないモヤモヤザワザワなどの感覚に注意を向ける心理療法です。対話しながら体験してみよう。
23日	(水)	面接対策 第一印象をよくするには	面接で一番大事なのは、相手により印象を持ってもらうこと。よい印象の作り方と、上手に自分をアピールする方法を学びます。
24日	(木)	面接の質問にどう答えるかを徹底対策しよう！	自己PRや志望動機など、面接で聞かれるさまざまな質問に対して、どのように回答していくのかを徹底対策します！
25日	(金)	我慢しすぎない自己表現を身につけよう	相手も尊重し、自分の気持ちにも素直になれる表現方法を身につけると、よりスムーズな人間関係につながります。 ◆会場は大原学園千葉校です
26日	(土)	モノポリゲーム	目指すは資産家！ 土地や建物、株券の取引交渉を学びましょう！
29日	(火)	読みやすい文章を書こう	ビジネスでは読みやすい文章を書くことが大切です。そのコツの一部をお伝えします。
30日	(水)	Excel 応用	データベースを使ってみる。



千葉駅前

日時:10月3日(木)・17日(木)
10:30~15:30

会場:ハローワークちば駅前プラザ内
千葉市中央区新町 3-13
日本生命千葉駅前ビル1F



10月の出張相談

八千代市

日時:10月11日(金)・24日(木)
10:00~16:00

会場:八千代市役所1F 第1相談室
八千代市大和田新田 312-5



四街道市

日時:10月10日(木)・25日(金)
10:00~16:00

会場:四街道市総合福祉センター3F
相談室2
四街道市鹿渡無番地

