



# サポステふくい嶺南サテライトのプログラム

毎月開催（定期的に開催しています。）

- コミュトレ：毎回何かテーマを決めて（コミュニケーションカードやゲームなど）一緒に取り組めます。コミュニケーションのトレーニングです。
- コミュニケーション講座：コミュニケーションの基礎やコツを学びます。
- メンタルヘルス講座：心と体の健康について学び、就職活動や就職後に役立てます。
- ボランティア活動（年6回）：活動を通して様々な人との交流を体験します。

随時開催（ご自身のタイミングで都合の良い日時を予約いただけます）

- 自己理解：まず、自分を知ることから始めましょう!!
- 職業興味検査：職業理解や自己理解を深め、今後の方向性のヒントにしましょう。
- 求人票の見方と応募書類の書き方：ポイントを知って、就職活動に活かしましょう。
- パソコン講座：パソコンの基本操作とワード、エクセルの使い方を学びます。
- ビジネスマナー教室：職場で役立つビジネスマナーについて練習します。
- 職場見学：企業を見学し、社員の方からお話を伺います。
- 職場体験：実際に職場で仕事を体験します。
- 面接対策・模擬面接：面接のマナーや質問対策を学び、実際の面接場面の練習も行います。

## 【3月度プログラム予定】

### 【敦賀市】

日	プログラム	時間	場所
3/3（金）	コミュトレ	13:00～14:00	あいあいプラザ 2F つどいの部屋
3/23（木）	コミュニケーション講座	13:00～14:30	あいあいプラザ 2F つどいの部屋

### 【小浜市】

日	プログラム	時間	場所
3/8（水）	コミュトレ	13:00～14:00	小浜サテライト
3/16（木）	メンタルヘルス講座	13:00～14:30	小浜サテライト

予約・お問い合わせは・・・ サポステふくい嶺南サテライト：[TEL:0770-64-5620](tel:0770-64-5620)  
 （小浜市後瀬町 1-6 勤労福祉会館 2階）

