



ふなばしサポステ 2024年4月プログラム予定



日	月	火	水	木	金	土	
4月 April	1	2	3	4	5	6	
	10:00~12:00	AB実践 英会話	初めてのExcel④	面接トレーニング	Let's脳活	NEWSでトリビア	
	13:00~15:00	東京ミドルワーク チャレンジ ~東京しごとセンター 様	就業準備プログラム	ビジネスマナー 報連相について ~リンクス船橋 様	上手に自分の意見を伝えよう!! アサーション講座② ~Dキャリア船橋オフィス 様	布を使ってもの作り	
7	8	9	10	11	12	13	
	10:00~12:00	アルバイトをしよう	初めてのExcel⑤	面接トレーニング	社会人の教養	NEWSでトリビア	
	13:00~15:00	コミュニケーション	就業準備プログラム	なりたい姿をプランニング ~LITALICOワークス 京成津田沼 様	職業人講話 ~南富士株式会社 様	布を使ってもの作り	
14	15	16	17	18	19	20	
	10:00~12:00	AB実践 英会話	初めてのExcel⑥	コミュニケーション	SST ~自己理解~	NEWSでトリビア	
	13:00~15:00	面接トレーニング	就業準備プログラム	PREP法を使おう! ~Any Career 様	職業人講話 ~株式会社みらい人事 様	布を使ってもの作り	
21	22	23	24	25	26	27	
	10:00~12:00	ワーキングホリデー オーストラリア メルボルン編	初めてのExcel⑦	心を落ち着かせ 字をきれいに書こう	手先のトレーニング	OB・OG交流会	
	13:00~15:00	職業人講話 ~株式会社一家-17 イングス 様	就業準備プログラム	就活に役立つ心理学	職業人講話 ~株式会社三協 様	保護者の会	
28	29	30	※10時からプログラム開始します。終了は15時です。 ※全て予約制になります。 ※遅刻・欠席の際は、必ず事前に連絡をしてください。 ※予約は前日までに完了させてください。 (メール予約の場合はサポステからの返信をもって予約完了です) ※プログラムは、急遽変更になる場合があります。			ふなサポH.P	
昭和の日	10:00~12:00	アルバイトをしよう					
	13:00~15:00	コミュニケーション					

職業人講話	様々な企業や個人の方にご来所頂き、仕事内容ややりがい、業界・企業情報をお話していただくプログラムです。
東京ミドルワークチャレンジ	東京仕事センターワークスタート事務局様による週5日×7週間の通所型プログラムの説明、プログラム体験、活用方法の説明などの体験出張セミナーです。対象者は35歳以上です。
就業準備プログラム	4/3、17 求職活動の進め方 4/10、24 企業研究
アルバイトをしよう	ハローワークインターネットやバイトルに入って千葉県内の最新のアルバイト情報を個人個人でサポステのパソコンを使って検索したり、船橋サポステに届く企業様からの最新の求人案件を紹介します。
初めてのExcel④~⑦	初めてのExcelを、仕事と置き換えながら「いち」から覚えます。※USBメモリ持参 【定員10名】
面接トレーニング	面接前日までの心構えと準備、応募書類の確認、面接待機場所での立ち居振る舞いと面接会場への入室から退室までなどの練習を行います。
ビジネスマナー 報連相について	報連相(報告・連絡・相談)の目的・メリット・やり方・ポイントなどについて、わかりやすく解説します。
上手に自分の意見を伝えよう!! アサーション講座②	コミュニケーションスキルであるアサーションを身に付けて自分も相手も大事にしながら、適切な自己主張をしていきましょう!!
実践 英会話	船橋市の公立中学の教材を使って優しい英会話を勉強します。突然、外国人に道を聞かれても、あわてずに落ち着いて、困っている外国人を助けてあげられるように少しずつ英会話に慣れていく練習をしましょう。
ワーキングホリデー ~オーストラリア メルボルン編~	現在在住の日本人からゲットした最新情報をもとに、ワーキングホリデーや留学ビザで入国、オーストラリアで生活するための情報を確認しよう。
なりたい姿をプランニング	一人一人のこれからのなりたい姿についてイメージを持ち、GROWモデルを使って現状とこれから活用できる身の回りの資源を見つけていきましょう。
就活に役立つ心理学	認知行動療法などをベースにストレスとの付き合い方を学んだり、カードゲームを用いて上手な自己表現を学びます。
社会人の教養	社会人として知っておきたい知識を学び、生活に役立てましょう。今回のテーマは「SDGs」です。
SST ~自己理解~	就活の第一歩は「自己理解」です。エゴグラムで「今の自分」を再認識しましょう。
心を落ち着かせ字をきれいに書こう	クセ字になった字がなかなか直せない。心を落ち着かせ、少しでもきれいな字を書くことをめざして練習しましょう。
Newsでトリビア	元・報道カメラマンが新聞記事の裏のウラまで解説します。これであなたも新聞記事の読み方博士になれる!
コミュニケーション	プライベートでも、お仕事をしていく上でも欠かせないコミュニケーション能力。コミュカ付けて自信も付けちゃおう!
PREP法を使おう!	PREP(読み方:プレップ)法とは、「結論」「理由」「具体例」「結論」の流れで情報を伝える文章構成のこと。PREP法を使えば、「話す」「書く」どちらの場面においても、相手に分かりやすく簡潔に伝えることができます。
OB・OG交流会	テーマを設けた討論会、日常のちょっとした出来事や報告、親交を深めるためのイベント企画を行い、人と関わる力や発想力を磨きます。
Let's 脳活	いろいろな脳トレに挑戦して、柔軟な発想力を身につけましょう。記憶力、思考力、認知能力も向上します。
手先のトレーニング	指先を使うと思考力、想像力、集中力などを高めましょう。ユニット折り紙でおもちゃを作ります。
布を使ってもの作り	オリジナルの小物で自分らしさを表現してみましょう。2回で1作品を仕上げますが1回の参加でも大丈夫です。
保護者の会	ご家族への関わり方、就活・就労に向かうためのサポート方法を他の皆さんと一緒に話してみませんか?

予約TEL番号：(登録済の方) 047-437-5338 (新規の方) 047-437-6003