



# 2020年10月サポよこカレンダー

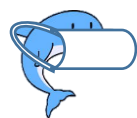


※予定は変更になる場合もあります

日	月	火	水	木	金	土
27	28	29	30	1	2	3
				ぶちトレセミナー 10:00~11:30	ぶちトレセミナー 10:00~11:30	北斗星 10:00~11:30
				PC講座 13:00~15:00	心理カウンセリング 予約制 13:30~	
4	5	6	7	8	9	10
休館	サポよこジョブクラブ 10:00~11:30		休館	ぶちトレセミナー 10:00~11:30	ぶちトレセミナー 10:00~11:30	北斗星 10:00~11:30
	出張相談 羽後 13:00~15:00			PC講座 13:00~15:00		
11	12	13	14	15	16	17
休館	ぶちトレセミナー 10:00~11:30	ぶちトレセミナー 10:00~11:30	休館	ぶちトレセミナー 10:00~11:30	ぶちトレセミナー 10:00~11:30	北斗星 10:00~11:30
	サポよこジョブクラブ 10:00~11:30	出張相談 ハローワークよこて 9:00~12:00		出張相談 大仙 9:30~12:00		
				PC講座 13:00~15:00	心理カウンセリング 予約制 13:30~	
18	19	20	21	22	23	24
休館	ぶちトレセミナー 10:00~11:30	ぶちトレセミナー 10:00~11:30	休館	ぶちトレセミナー 10:00~11:30	ぶちトレセミナー 10:00~11:30	北斗星 10:00~11:30
	サポよこジョブクラブ 10:00~11:30	出張相談 平鹿 9:30~12:00		出張相談 仙北 10:00~15:00	本気の就勝 10:00~12:00	
	本気の就勝 13:30~15:30	本気の就勝 13:30~15:30		本気の就勝 10:00~12:00	PC講座 13:00~15:00	
25	26	27	28	29	30	31
休館	ぶちトレセミナー 10:00~11:30	ぶちトレセミナー 10:00~11:30	休館	出張相談 十文字 9:30~12:00		北斗星 10:00~11:30
	サポよこジョブクラブ 10:00~11:30	出張相談 ハローワークよこて 9:00~12:00				
				PC講座 13:00~15:00		サポカフェ 13:00~15:00



各プログラムの詳しい内容は、裏面でご確認ください⇒



## 2020年10サポよこカレンダー内容



※予定は変更になる場合もあります

プログラム名	日程	内 容	場所／時間
キャリア・インサイト	随時	自分に合う職業はどのようなものがあるのかを、自己分析として「キャリアインサイト」で診断してみませんか。個別相談の中でも実施できます。	サポステ 10:00～
サポカフェ	31日	サポよこに通って就職を目指している人同士で、不安や悩み・ストレスを共有する場所です。グループでの話し合いを通じ、お互いにアドバイスや情報交換をします。自分1人で抱え込まず、サポカフェで悩みを話してみませんか。	サポステ 13:00～15:00
北斗星	毎週土	「北斗星」は政治や経済、文化、スポーツなど幅広い分野にわたって書かれたコラムを文章に書き写し読解力や集中力、文章作成力を身に付ける講座です。	サポステ 10:00～11:30
心理カウンセリング (予約制)	第1・3金	臨床心理士、精神保健福祉士による相談をいたします。ご希望の方は前もって予約をお願いいたします。相談は3回まで無料です。	サポステ 13:30～
施設訪問 ボランティア		日程が決まり次第、連絡いたします。	あざくらえん 阿櫻園 13:30～15:30
《協力団体》 施設訪問ボランティア 「わたぼうし」		日程が決まり次第、連絡いたします。	かくじゅえん 鶴寿苑 13:30～15:30
ぷちトレセミナー	月火木金	就職により近い感覚で作業に専念してもらい1人1人が習慣づけられるように取り組むことを目的とした「訓練」です。	サポステ 10:00～11:30
サポよこ ジョブクラブ	毎週月	サポよこジョブクラブは、少人数のグループワークを通じて「就職」という共通の目標に向かう上での「気付き」を得る事を目的としたセミナーです。考え方のクセや偏り・人間関係を円滑に進めるコツ・適切な自己表現の仕方など…就職を目指す上で必ず必要となるスキルを、自己理解を深めながら身に付けていきます。	サポステ 10:00～11:30
本気の就勝	19日 20日 22日 23日	会社により求める人材は様々ですが、社会人として身に付けておきたい基本的なものは共通であり、社会人として求められる基本的な知識と技術を学び就職活動に活用できることを目指します。	サポステ 19日・20日 13:30～15:30 22日・23日 10:00～12:00
パソコン講座	毎週木	職場で求められる基本的なOAスキルについて学んでいきましょう。ワードやエクセルを使用したビジネス文書や名簿等の作成を実践を通して学んでいきます。またタイピング練習やITパスポート過去問を解き基本スキルの向上とITリテラシーを学びます。※都合により中止になる場合があります。	サポステ 13:00～15:00



問合せ TEL:0182-23-5101 FAX:0182-23-5102  
 横手市横山町1-1 (すこやか横手内)  
 ホームページ: <http://www.sapoyoko.jp>