

令和5年度のまとめ

～セミナー編～

今年度も様々なセミナーを開催！
どんなセミナーがあったのか、参加者の声（★マーク）
とともにお知らせします♪

ジョブクラブ

グループワークを通して、各人が持つ考え方の傾向や偏りを知ることにより、自己理解を深めることを大きな目的としています。

また、ストレスマネジメントや適切な自己表現の方法など、就職する上で必要となるスキルも学んでいきます。

グループワークによって、多くの「気づき」を得ることが出来るセミナーです！



- ★ジョブクラブでは、コミュニケーションを取りながら自分の意見を発信する経験を積むことができました。
- ★グループで話し合う、意見交換する機会は、自分を見つめ直すこともできて、気持ちの整理にもなった。

サポかふえ

コミュニケーションカアップを目的としたセミナーです。

グループワークやスポーツ、行事にちなんだ催し等、毎回色々なイベントを企画しています。

いつも多くの方が集うので、様々な人との協調性や適応性が求められる場面が多く、積極的に参加することによって、対人スキルアップが期待できます。



- ★普段サポステで会う方とも、初めての方とも交流できて嬉しかった。スポーツを通して意外な一面も見ることが出来て、新鮮な気持ちになりました。



- ★久しぶりに絵を描いて楽しかったです。絵の分析が興味深かったです。

ぷちトレ セミナー

働く感覚を身に付けてもらうため、3カ月間をめに1日1時間半の事務作業をします。

働くことへの抵抗感や不安を和らげるとともに、規則的な生活習慣を身に付け、自分に自信をつけるためのトレーニングセミナーです。



- ★参加したての頃は、挫折せずに通うことが出来るか不安だったが、やり遂げることができた。作業の中で、自分にも得意なことがあると気づくことがあり、自信がついた。技術面も気持ち面でも成長を感じた3カ月間でした。

本気の就勝

求人票の見方や応募書類の作成、面接に向けた準備など、就職活動の基本スキルを学びます。

ハローワークでの応募活動に向かえるだけの力を身に付けるとともに、就職活動へのモチベーションを高め、希望する求人が出た際にスムーズに活動できる状態を作り出すことを目的としています。



- ★求人票において、誤解していた項目や重要部分を知ることができたので、しっかりと活用していきたい。
- ★応募書類作成編では、やはり一番重要になってくるのは「自己理解」であると感じた。