

2016 年 12 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
	参画セン カ			パソコン 基礎講座 13:00～15:00	社会人の ペン習字 10:00～12:00 心理カウンセリング 予約制 13:30～	
4	5	6	7	8	9	10
休館		ものづくり講座 (手芸、イルミネーション製作随時) 13:00～15:30	休館	パソコン 基礎講座 13:00～15:00	職業人講話 (第3回) 10:30～12:00	施設訪問 ボランティア 「わたぼうし」 13:30～15:30
11	12	13	14	15	16	17
休館		ものづくり講座 (手芸、イルミネーション製作随時) 13:00～15:30	休館	パソコン 基礎講座 13:00～15:00	社会人の ペン習字 10:00～12:00 心理カウンセリング 予約制 13:30～	施設訪問 ボランティア 「わたぼうし」 13:30～15:30
18	19	20	21	22	23	24
休館		調理実習 (第4回) 10:00～13:00 ものづくり講座 (イルミネーション製作随時) 13:00～15:30	休館	パソコン 基礎講座 13:00～15:00	休館	グループ カウンセリング 10:00～12:00 13:00～15:00
25	26	27	28	29	30	31
休館		ものづくり講座 (イルミネーション製作随時) 13:00～15:30	休館	休館	休館	休館
1	2	3	4	5	6	7

問合せ TEL:0182-23-5101

各プログラムの詳しい内容は、裏面でご確認ください⇒

2016年12月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	連日	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。日程以外でも実施できます。	サポステ 10:00～
グループ カウンセリング	24日	午前中は会場をオープンスペースとして開放します。自由な空間の中で思い思いに時間を過ごしてください。午後は簡単なワークを通じてコミュニケーション力を高めていきます。ラフな時間の中で、自分に湧き上がってくる思いに寄り添ってみませんか。思いを直接言葉にしてみたいかがでしょうか。新しい自分に出会えるかも…	男女共同参画センター 10:00～12:00 13:00～15:00
パソコン 基礎講座	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じて学んでいきます。またビジネスメールの作成方法や情報モラルについても理解を深めていきます。	サポステ 13:00～15:00
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。相談は無料です。	サポステ 13:30～
社会人の ペン習字	隔週 金	会社に応募する際に提出する履歴書をはじめ、履歴書以外でも、社会人の一人として自分の名前や住所などを書く機会がたくさんあります。丁寧で、だれにでも読みやすい字を書けるように書き方のコツを覚えましょう。	サポステ 10:00～12:00
ものづくり講座	6・13日	プリティで素敵なマスコットやアクセサリーを作っています。たった一つのオリジナル作品を作ってみませんか？	サポステ 13:00～15:30
	随時	LEDの点滅をコンピュータで制御する回路の製作とプログラムを作ります。赤、青、黄、緑のLEDからファンタスティックな世界が現れます。	
施設訪問 ボランティア	10日	あざくらえん 阿櫻園(知的障がい者施設:横手市赤坂) 利用者の方々と余暇活動をします。	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」	17日	かくじゅえん 鶴寿苑(老人介護施設:横手市山内) 利用者とカラオケを楽しんだり話し相手をしたりします。	かくじゅえん 鶴寿苑 13:30～15:30
ふわっとサロン 事業(第4回) 調理実習	20日	12月といえばクリスマスですね。第4回目の調理実習クリスマスディナーに挑戦★ 寒さを吹き飛ばすような温かいメニューでコミュニケーションをとりながら楽しく調理しましょう。	サポステ 10:00～13:00
職業人講話 (第3回)	9日	今回は飲食店を多数展開している(有)日野の社長様より「社会人として求められるもの、心構え」について講話をいただきます。食を通じてホスピタリティ文化を広めることを使命とされているこの企業。どんな業界にも役立つお話になること間違いなし!! 就活に必見ならぬ必聴です…ね。	サポステ 10:30～12:00

*** サポよこカレンダー以外の講習会も企画中です。下記の問合せ先までにお電話またはホームページをご覧ください。**

【申込み・問合せ先】 サポートステーションよこて
横手市横山町1-1(すこやか横手内)
TEL:0182-23-5101
FAX:0182-23-5102
ホームページ: <http://www.sapoyoko.jp>