

4月

2023年

日	月	火	水	木	金	土
		<p>プログラムや相談は原則として予約制です。 ご予約はお早めにご希望の時間をお知らせください。(5分前にお越しください)</p> <p>相談は、毎日、以下の時間帯で行いますので、ご希望の時間枠をお知らせください。 ①10:30-11:15 ②11:30-12:15 ③13:30-14:15 ④14:30-15:15 ⑤15:30-16:15</p>				1
						AM
						PM 心理相談
2	3	4	5	6	7	8
				ハローワーク ブース 11-12	適性検査☆	PC 基本のき
				若者UP! Word		コミュトレ
9	10	11	12	13	14	15
					適性検査	ZOOM モーニング
		社会人基礎 言葉遣い 山陽小野田 出張相談	若者UP! Excel		ZOOMの 使い方	心理相談
16	17	18	19	20	21	22
				ハローワーク ブース 11-12	リユース準備	リユースフェア
		社会人基礎+ マネー	適性検査☆	就職支援セミナー 求人票の見方	庶務の仕事	心理相談+
23	24	25	26	27	28	29
30		適性検査	神社清掃		美祢出張相談	
		山陽小野田 出張相談				

山陽小野田出張相談・・・高千帆地域交流センター 美祢出張相談・・・サンワーク美祢 時間等お問合せ下さい。

うべ若者サポートステーション&サポステ+



〒755-0029 宇部市新天町 1-3-5 きらめきスタジオ

TEL (0836) 36-6666

開所時間 火曜日～土曜日 9:30-17:30

休日 日曜日・月曜日・祝祭日、お盆、年末年始

<https://ube-saposute.com>



コミュトレ

4月 8日(土) 1330-1500
ゲームを使ったコミュニケーショントレーニングです。初対面の人とも、適切な距離感をもって対話をしていきましょう。

社会人基礎 言葉遣い

4月 11日(火)1330-1500
ビジネスの基本。その時、その場面に合った言葉遣いとは？

社会人基礎+ 「お金」のこと

4月 18日(火)1330-1500
生涯収入や生活費、年金、各種保険制度など知っているようで知らない話。自分の将来についても少し考えてみよう。

就職支援セミナー 求人票の見方

4月 20日(木) 1330-1500
皆さんは、求人票のどこを見て応募を決めていますか？内容のわからないところを飛ばしていませんか？一度きちんと習っておくと役に立つかも！

PC 基本のき

4月 8日(土) 1330-1430
パソコンを始めたい方の入門編です。文字打ちから練習してみましょう。

若者 UP! パソコン講座

Word 編 4月 6日(木) 1330-1500
Excel 編 4月 12日(水) 1330-1500
パソコンの基本的操作の練習です。
パソコンの復習にもご活用ください。
文字打ち、マウスが使える方が対象です。

ZOOM の使い方 & ZOOM モーニング

使い方 4月 14日(金) 1330-1500
ZOOM モーニング 4月 15日(土) 1000-1015

ZOOM を使えて当たり前！の社会になりました。ZOOM のみならず、オンライン面談アプリの操作を習得して、会社に入ってドキドキしないように慣れておきましょうね。今後は、サポステでもオンラインセミナー等企画します。



※カリキュラム変更・中止は、随時サポステ内に掲示、ホームページに掲載するなど別途お知らせ致します。

※カリキュラム内に+の印があるものは、原則としておおむね 35 歳以上の方を対象としております。

※新型コロナウイルス感染防止対策として、来所時にアンケートと検温を実施しております。体温が 37.5 度以上の方、その他症状のある方は、入室を固くお断りいたしますので、あらかじめご了承の上お越しいただきますようお願いいたします。

ジョブトレ リユースフェア準備

4月 21日(金)920-昼頃 (9:20 現地集合)
集合場所:ときわ湖水ホール
リユースフェアの事前準備です。

ジョブトレ リユースフェアスタッフ

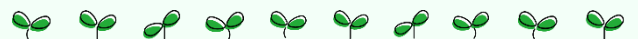
4月 22日(土)940-昼頃 (9:40 現地集合)
集合場所:ときわ湖水ホール
リユースフェアの会場スタッフとして作業します。

ボランティア 神社清掃

4月 26日(水) 1030-1200
恒例の神社の清掃です。10時 20分 現地集合
交通手段のない方等は、サポステに 9時 50分に集合してください。
※タオル、帽子、飲み物、軍手等、必要なものはご持参ください。

ジョブトレ 庶務の作業

4月 21日(金)1330-1500
チラシを数えて、配布の準備をします。
単純作業をいかに丁寧にスピーディに正確に扱うか、仕事をするうえでとても重要です。会社に入る前にトレーニングしておくことをオススメします。



39 農園【農業体験】

みんなで農作物を作りましょう。
農作物の生育や畑の状況により、進み具合が違いますので、カリキュラムに日程を掲載することができません。その都度、サポステ内に掲示、ホームページに掲載しますので、皆さんお見逃しなく！

ちょこっと、コメント！

4月からのサンキュー農園！
土と触れ合うと、気持ちも穏やかになりますよね。
みんなで協力しておいしい野菜を作りましょう。
自然の恵みに感謝♡
一緒に作る仲間感謝♡
日頃何気なく口にしてる野菜たちも、いろんな手間をかけて農家さんが作ってくれているんですねー。感謝、感謝です。
サポステ卒業者の方の交流の場にもなるといいなと思っています。



インスタ始めました！



ubesapo
うべサポ
@ubesapo

フォローよろしくお願いします。