



2024年 12月 ちばサポステ セミナーカレンダー



日	月	火	水	木	金	土
1 	2	3 13:00~14:30 こころの健康 セルフセラピーしてみよう	4 ★13:30~15:30 マイスター講座1 おいしい和菓子を作ろう！ ◆第5教室	5 13:00~14:30 就活応援 ビジネスマナークイズに 挑戦1	6 13:00~14:30 就活応援 知っておきたいお金の知識	7 ★13:00~15:00 リクリエーション モノポリー ◆和室
8	9	10 13:00~14:30 就活応援 わかりやすい文章を書こう	11 13:00~14:30 PC講座 Word 前半	12 13:00~14:30 こころの健康 イライラや怒りの正体 ～メンタルヘルス～	13 ★10:00~11:30 コミュニケーション 相手目線の わかりやすい伝え方 ◆大原学園千葉校	14 ★13:00~15:00 リクリエーション カードゲーム ◆和室
15	16	17 13:00~14:30 こころの健康 湧き上がる感情をヒントに 自分の本音がわかる	18 13:00~14:30 就活応援 電話対応にチャレンジ1	19 13:00~14:30 自己理解 タイプ診断で 自分の価値観を知ろう	20 13:00~14:30 コミュニケーション 誰もが持つてる アンコンシャス・バイアス	21 ★13:00~15:00 家族セミナー 就労していない方がいる ご家族向けセミナー
22 	23	24 13:00~14:30 自己理解 応募書類 「自己PR」を書くコツ	25 13:00~14:30 就活応援 クイズで敬語をマスター しよう1	26 13:00~14:30 PC講座 Word 後半	27 	28
29 	30 	31	★は開始または終了時刻が、 ◆は会場が変わっています。 ご注意ください。 12月28日～1月6日は お休みです。			



マイスター講座 スタート！

今月から「マイスター講座」がスタートします。月に1回、優れた技能を持つ「ものづくりマイスター」より、ものづくりの楽しさを教えていただきます。
今月は「和菓子作り」！ 優れた職人の技に触れ、丁寧な指導で実際においしいお菓子を作るなど… あなたも体験してみませんか？

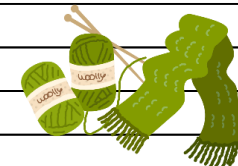
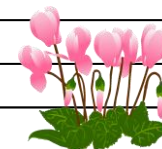




12月のセミナー追加情報



3日(火)	セルフセラピーしてみよう	強い感情に支配された時の対処法を知り、広い視野で物事をみて客観的に悩みの全体像をとらえる練習です。心が軽くなり冷静に判断できるかもしれません。
4日(水)	おいしい和菓子を作ろう！	高度な技能を持つ「ものづくりマイスター」によるマイスター講座の1回目。今月は美しくおいしい和菓子作りを体験します。申し込み締め切りは11月28日(木)です！
5日(木)	ビジネスマナークイズに挑戦1	ビジネスマナーを学び、仕事をスムーズに進めましょう！
6日(金)	知っておきたいお金の知識	就職前に、生活していくのにどのくらいお金がかかるのか再確認。社会保険や税金のしくみも知っておきましょう。
7日(土)	モノポリー	目指すは資産家！土地や建物、株券の取引交渉を学びながら、コミュニケーションをとってみましょう！
10日(火)	わかりやすい文章を書こう	ビジネスでは読みやすい文章を書くことが大切です。そのコツの一部をお伝えします。
11日(水)	PC講座 Word 前半	初めてでも安心！Wordは意外と簡単です。見本ファイルを参考に、いろいろな機能を習得してみましょう。
12日(木)	イライラや怒りの正体 ～メンタルヘルス～	イライラや怒りの正体をメンタルヘルスの視点でひも解くと性格や意思の問題ではないとわかり心が軽くなるかもしれません。一緒に学びましょう。
13日(金)	相手目線のわかりやすい伝え方	気持ちをうまく伝えられない、何を言いたいのかとよく言われる、そんな悩みを解決するポイントをお伝えします。
14日(土)	カードゲーム	カードゲーム(UNOカード、トランプなど)を楽しみながらコミュニケーションをとってみましょう！
17日(火)	湧き上がる感情をヒントに 自分の本音がわかる	イライラしたりモヤモヤの正体をニーズカードを使って紐解こう。湧き上がる感情は自分らしさや本音につながるヒントになります。
18日(水)	電話対応にチャレンジ1	仕事をしていくうえで欠かせない電話対応について学びます。
19日(木)	タイプ診断で自分の価値観を知ろう	あなたはどのタイプ？ 簡単なチェックで、仕事に対する価値観を考えてみましょう。
20日(金)	誰もが持ってるアンコンシャス・バイアス	アンコンシャス・バイアス(無意識の偏見)について、知って、気づいて、思い込みにはばられない生活を目指しましょう。
21日(土)	就労していない方がいるご家族向けセミナー	就労していない方のいるご家族のみなさま、ご本人の自立に向けて一緒に考えてみませんか？
24日(火)	応募書類「自己PR」を書くコツ	自分の強みを知って、応募書類に生かす方法を考えます。ポイントを押さえれば自己PRも簡単！
25日(水)	クイズで敬語をマスターしよう	敬語が使えると就職してからはもちろん、面接でも好印象を与えることができます！
26日(木)	PC講座 Word 後半	前半で作成した資料を、より魅力的に表現できるための機能を習得しましょう！ ※後半のみ受講の方は、こちらで用意した資料を基に受講いただけます。



12月の出張相談



千葉駅前

日時:12月5日(木)・19日(木)

10:30～15:30

会場:ハローワークちば駅前プラザ内
千葉市中央区新町 3-13
日本生命千葉駅前ビル1F



八千代市

日時:12月13日(金)・26日(木)

10:00～16:00

会場: 八千代市役所1F 第1相談室
八千代市
大和田新田 312-5



四街道市

日時:12月12日(木)・27日(金)

10:00～16:00

会場:四街道市総合福祉センター3F
相談室 2
四街道市鹿渡無番地