

15歳～39歳の若者対象

サポステ 就職応援セミナーのご案内

2019年12月版

2019

12月 サポステ就職応援セミナー予定表

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
			10:00～11:30 感情コントロール プログラム 「メンタルヘルス」 (※詳細は別紙チラシ)	アンガー = 怒り について学びます	13:30～15:00 感情コントロール プログラム 「アンガーマネジメント」 (※詳細は別紙チラシ)	休
8	9	10	11	12	13	14
休	10:00～12:00 「人間関係向上の ためにわたしが できること」 (※詳細は別紙チラシ)	わたし発で始めよう！ 人間関係、見つめなお してその先へ		NEW 十勝を知って自分の 方向性を探そう！給 料は？倍率は？	10:00～11:30 働き方セミナー② 「十勝ではたライフ」 (※詳細は別紙チラシ)	休
15	16	17	18	19	20	21
休	「パソコン講座」 Word①	「パソコン講座」 Word②	10:00～11:30 「アサーティブ コミュニケーション セミナー」 共催ジョブカフェ	就活で結果を出す方 法、説得力のある自 己PR作り伝えるた めのポイントを学び ます	13:00～16:30 「結果につながる 書類作成・面接力の 向上セミナー」 (※詳細は別紙チラシ)	休
22	23	24	25	26	27	28
休	10:00～12:00 「事務職セミナー」 基礎編 (※詳細は別紙チラシ) 「パソコン講座」 Excel①	「パソコン講座」 Excel②		10:00～12:00 「事務職セミナー」 実務編 (※詳細は別紙チラシ)		休
29	30	31	2020/1/1	2	3	4
休	休	休	2020年もおびサポセミナーでお待ちしております	休	休	休

おびひろ地域若者サポートステーション

15歳～39歳の若者のうち、現在無就業・無就学の方の働きたい気持ちや希望を応援する就職相談窓口です。

※セミナーは8名、PC講座は5名を定員とさせていただきます。参加には事前にサポステ登録と各種予約が必要になりますので、参加ご希望の方はお問い合わせください。

※ 個別相談、面接練習の予約は随時受け付けております。

おびひろ地域若者サポートステーション

相談受付時間 月曜日～金曜日（祝日、年末年始は除く）

9:30 ～ 17:30

帯広市西6条南6丁目3ソネビル2階

電話番号：0155-67-5202

URL: <http://www.keisei-kai.jp/saposute/>

サポステHP

各種セミナーのご案内や
お知らせなど更新しています



『パソコン講座』

サポステのPC講座は
働くことをイメージしながら基礎を学びます
※ 資格取得を目指すものではありません

Word…16日(月)、17日(火)

Excel…23日(月)、24日(火)

各回13:30～16:30 要予約：定員5名

※詳細は別紙チラシにて

