

無業者
の為の

集中訓練プログラム

期間:10月21日(木)~12月16日(木)

〈プログラム内容〉

① コミュニケーション能力を付けるために

・オリエンテーション ・コミュニケーショングループワーク ・アサーショントレーニング
・グループディスカッション ・構成的グループエンカウンター など

② 社会人基礎力をみがくために

・社会人基礎力養成講座 ・社会人ビジネスマナー ・話し方講座 ・労働法規の基礎
・職業人講話 ・ボランティア体験、合宿体験(4泊5日) など

③ 就職の実践につながる講座

・就職支援セミナー(履歴書・志望動機・面接訓練等)
・キャリアインサイト・アセスメント(適性を知る) ・職場実習(実際の仕事に従事する) など

④ 資格取得を目指す

・簿記3級講座 ・PC情報処理技能検定3級講座 ・ボールペン字講座

⑤ より良い自分になるために

・キャリアデザイン講座 ・幸福になるためのキャリアプラン ・エゴグラム・交流分析
・コラージュ・カラーセラピー ・PCを応用し(手紙、ゲーム等) など

⑥ ストレスに強くなるために

・ストレス対処講座 ・メンタルヘルスの基礎知識

⑦ その他

プログラム期間中及び終了後も就職に向けた“相談”はいつでも受けれます。
北勢地域若者サポートステーションのキャリアコンサルタント等が対応します。

修了後

12月17日(金)からは…

はたらくに向けて
就職活動を
継続的にサポート!

サポステ相談コーナー▶



Keep
Challenging!



お気軽にお問い合わせください(電話でも来所でもOK)

北勢地域若者サポートステーション

相談日

火曜日~土曜日 9:30~18:00
日曜日・月曜日・祝日・年末年始はお休みです

お問い合わせ
お申し込み

TEL059-359-7280 又は 7281
E-mail wakamono@hokusapo.com ホームページ <http://hokusapo.com>

主催/三重労働局 ■委託団体/NPO法人市民社会研究所



三重県四日市市諏訪栄町3-4星座ビル2F