

12月2日、6日、9日、15日 10:30~16:00



## 若者のための就職支援プログラム

～ホンキの就職 4Days～

あだち若者サポートステーションを利用されている方々から、「応募に対する不安が強い」「なかなか応募に踏み切れない」「自分に自信が持てない」という声をよく聞きます。また、「応募はしているけど、内定が出ない」「一人での就活が不安」「そもそも何からはじめたらよいかわからない」などの声も多く聞かれます。「ホンキの就職」は、そんな悩みや不安を抱えた方が、一緒に就職を目指す4日間のプログラムです。ひとりじゃない、仲間と一緒に就職活動をはじめてみませんか☆

定員 10名

※<対象> ①就職活動を始めている方・これから就職活動を始めていきたい方 ②基本的に4日間参加できる方  
③グループの中で自分の意見を発言し、周囲の話を聞くことができる方

12月7日(木) 13:00~15:00

## もやもや解消セミナー

「ココロとカラダのリラクゼーション」



人は緊張や不安があると自然と身体が固くなります。本セミナーでは簡単なワーク(ちょっとした動作)で、身体力を抜いたり身体を柔らかくして、リラックスする方法を学びます。緊張する面接の前、一日を終えて夜寝る前など、ちょっとした時間でできます。自分に合うものを見つけて、ストレスに強い人を目指しましょう☆

※動きやすい服装で参加ください

12月 4日(月) 13:00~17:00

Wordじっくり講座



## パソコンセミナー紹介

12月 8日(金) 13:00~17:00

Excelじっくり講座

12月のパソコンセミナーは、Word、Excel、Excel活用、Power Pointのラインアップです。

12月22日(金) 13:00~17:00

Excel活用講座

今回はExcel活用講座を取り入れました。「Excelじっくり講座」を受講された方やExcelを使いこなしたい方は、ぜひ受けてみましょう！  
どの講座を受ければよいか迷っている方は、お気軽にスタッフにご相談ください☆

12月26日(火) 13:00~17:00

Power Pointじっくり講座

定員がありますので、お早めにご予約を！

定員：各10名

## 「達人のおもて舞台」 & 「“技”ナビ」紹介

12月 6日(水) 13:00~15:00

達人のおもて舞台

『皮革製品製造・販売のおシゴト見学編』

株式会社 丸正



東京芸術センターから歩いて数分の会社です。おしゃれなお店も併設されていて、革製品の品数も充実しています。主要商品はメンズベルト。皮革製品の製造から販売までの流れを見学できます。

今後職場体験も受け付けますので、この機会にぜひ職場見学にご参加ください☆

12月27日(水) 13:00~15:00

“技”ナビ

『無理なく簡単に就職力を

つけられるステップとは

～ワークスタート支援プログラム体験セミナー～』

東京しごとセンター ワークスタート事務局

「就職活動をするのに、あと一歩、背中を押す何かがあれば…。」そんなアナタに朗報です！

就職仲間をつくりながら、ビジネスマナー講座や職場体験にて、就活力を身につけていく。そんなプログラムがあるんです！その名もワークスタート！今回はこのワークスタートを紹介します☆

**注意** 予約後にセミナーをキャンセルする際は必ずご連絡ください。

詳細については直接あだち若者サポートステーションまでご連絡ください。あだち若者サポートステーション Tel: 03-3882-4307