

月	火	水	木	金	土
				1 就活 働くイメージ ①目標づくり ②はじめての就活 10:00~11:50	2 休館
4	5 ボラ 地域ボランティア 除草 & 花がら摘み 9:30~11:30 サポステ9:15集合	6 ボラ 農業ボランティア 9:30~11:30 ※サポステ9:00集合 or現地9:25集合	7 自己 RIASEC&GATB 職業興味・適性検査 10:00~11:45	8 ボラ 図書館ボランティア 書架整理をしよう 10:00~11:45 9:50図書館玄関前集合	9 休館
		本庄出張相談			
11 PC パソコンセミナー④ Excel② グラフ作成とデータベース 10:00~11:30	12	13 メンタル ストレス対処セミナー ストレスの仕組みを知ろう 13:30~15:00	14	15 就活 仕事探し①求人票の見方 10:00~10:50 就活 仕事探し②求人票の探し方 11:00~11:50	16 休館
18 PC パソコンセミナー⑤ PowerPoint 簡単なプレゼンテーション 10:00~11:30	19	20 自己 自己理解 エニアグラム 13:30~15:00	21 就活 働く知識を学ぼう 労働に関する知識 10:00~10:50	22 ボラ 作業体験 和菓子ラベル貼り作業 13:30~15:00 サポステ13:20集合	23 定着 ステップアップ相談 13:30~15:00
親の会	熊谷出張相談				
25 フリースペース 13:30~16:30	26 自己 RIASEC&GATB 職業興味・適性検査 10:00~11:45	27 就活 仕事探し ③応募電話 10:00~11:30 コミュ コミュニケーションセミナー リフレーミング 13:30~15:00	28	29 休館	30 休館

**オンライン面接対策／応募書類・面接対策**  
 実際に応募を控えた方向けの個別セミナー。  
 応募書類作成や面接対策を行います。  
 随時募集しております。

**今月のおすすめ①**  
 自己 エニアグラム 4月20日(水) 13:30~  
 エニアグラムは、人間の気質を9つのタイプに分類します。自分のタイプを理解することで、面接での自己PRに役立てたり、職場でのコミュニケーションに役立てるなど、働くためのヒントにしてみましょう。

**今月のおすすめ②**  
 コミュ リフレーミング 4月27日(水) 13:30~  
 物事を見る視点を変えると、短所も長所に言い換えることができます。自分が短所だと思っていたことが、視点を変えるとどのように見えるのか、リフレーミングを学びながら、一緒に考えてみましょう。

**サポステからのお知らせ**  
**4月から、第4月曜日に  
 フリースペースの時間をつくりました!**  
 セミナー室を開放して、みんなが自由に使える時間です。求人を検索したり、履歴書を書いたりに使ってください。



**【重要】新型コロナウイルス感染拡大防止のためのおねがい**  
 ①来所時はマスクをしてください。  
 ②少人数でセミナーを開催します。  
 ③熱や倦怠感がある時は休んで下さい。  
 ※急な変更の可能性がありますので、ご了承ください。

- 就活 就活
- PC パソコン
- 職業 職業理解
- 自己 自己理解
- メンタル メンタルヘルス
- コミュ コミュニケーション
- ボラ ボランティア
- 定着 定着支援