



月刊

ちょっと役立つ旬な就活情報をお届け！

サポステタイムス

2021年
1月号

あけましておめでとうございます。いよいよ新しい1年がスタート！今月号は、パソコン講座を大特集！
「心機一転、スキルを身につけ、就職活動を進めていきたい」という人は、ぜひチェックしてみてくださいね！



今年度から
40代の方も
受講可能に！

気持ち新たにスキルを身につけよう！ パソコン講座特集！

就職につながる！パソコンスキルアップ講座

Windowsの基本的な使い方やWord、Excelの基礎を3日間の講座で学びます。仕事でよく使用される文書を実際に作成しながら、就活や職場で役立つ操作方法を身に付けることを目指します。

PC入門
Windows10の基礎

Word基礎
社外文書作成

Excel基礎
基本的な関数を使った
計算式やグラフ作成

《使用ソフト》
Windows10、Office2016

こんな人におすすめ！



独学で何となく使っているけど
私のパソコンスキルって
「仕事」として通用するレベルなのかな？



パソコン基礎力を身に付けて
応募先の幅を広げたい！

—受講までの流れ—

STEP①
電話または来所にて、講座説明会の
予約をお取りください。
講座説明会は随時開催しています。
(所要時間：50分程度)

STEP②
講座説明会にて、当講座の趣旨を
説明し、**サポステ利用登録**を行います。
あなたの受講目的やパソコンスキルを
確認後、正式に受講申込みが完了します。

STEP③
いよいよ講座開始！
サポステの様々な就労支援メニューと
パソコン講座を組み合わせ、
就職活動をパワーアップさせましょう。

日程	1/15 (金)、22 (金)、29 (金)	時間	13:00 ~ 17:00
対象	49歳までの求職活動中で全日程参加出来る方	会場	三田市商工会館内
定員	7名	申込締切	1/13 (水) 17:00

パソコンで簡単にできる！ 魅せる**応募書類講座**

このセミナーでは、見栄えを意識したレイアウトや、応募書類作成のポイントをおさえ、実践を行います。
あなたの魅力が最大限に伝わる応募書類作成を目指しましょう！

こんな人におすすめ！



書類選考がなかなか通らない…。



応募書類をパソコンで作成したいけど
自信がなくて…。

日程	2/5 (金)	時間	13:00 ~ 17:00	会場	三田市商工会館内
対象	現在無業状態にある49歳までの就職希望者				
持ち物	筆記用具、USBメモリー			定員	7名
				申込締切	2/3 (水) 17:00

参加は**無料**です！参加希望の方はお気軽にお問い合わせください！

1月の予定

月	火	水	木	金	土	日
面接対策セミナー（対面編） オンライン編は2月に開催決定！ 毎週金曜日の10～12時に、実践的な面接対策を個別形式で実施します！ 各日2名、2日前までの要事前申し込みです。詳細はお気軽にお問い合わせください！				1 休所日	2 休所日	3 休所日
4 休所日	5 キャリア相談	6 出張キャリア相談 (キッピーモール)	7 出張キャリア相談 (ウッディタウン)	8 キャリア相談 面接対策セミナー（対面編）	9 休所日	10 休所日
11 休所日 (成人の日)	12 キャリア相談	13 出張キャリア相談 (キッピーモール)	14 出張キャリア相談 (フラワータウン) オープンサポステ（午前）	15 キャリア相談 出張キャリア相談（加東市） 面接対策セミナー（対面編） パソコンスキルアップ講座	16 休所日	17 休所日
18 キャリア相談	19 キャリア相談 出張キャリア相談 (三木市)	20 出張キャリア相談 (キッピーモール)	21 出張キャリア相談 (ウッディタウン)	22 キャリア相談 面接対策セミナー（対面編） パソコンスキルアップ講座	23 休所日	24 休所日
25 キャリア相談	26 キャリア相談 出張キャリア相談 (丹波篠山市)	27 出張キャリア相談 (キッピーモール)	28 出張キャリア相談 (フラワータウン) オープンサポステ（午前）	29 キャリア相談 面接対策セミナー（対面編） パソコンスキルアップ講座	30 休所日	31 休所日

オープンサポステへ行こう！

毎月第2・4木曜日の10時から12時の間、気軽に立ち寄っていただけるようサポステの入口を開放し、利用方法などの説明を行っています。

オープンサポステでは、**キャリア・インサイト（職業適性診断）**が出来ます！

「どんな仕事が向いているのかな?」「就活しているけれど、なかなか採用が決まらない…」など、職業選択に悩んでいる方は、この機会にぜひ活用してみてくださいね。



今月のオープンサポステは、**14日と28日！**

三田市外でも出張相談実施中！

※時間は、13:00～、14:00～、15:00～の3枠で、1回50分です

《加東市出張相談》

場所 社福祉センター 2階会議室

実施日 毎月第3金曜日

《三木市出張相談》

場所 サンライフ三木 1階

実施日 毎月第3火曜日

《丹波篠山市出張相談》

場所 篠山市民センター 研修室①

実施日 毎月第4火曜日

※新型コロナウイルス感染状況により変更となる場合があります。あらかじめ事前にサポステまでお問い合わせください。

※セミナーや相談の予定は、状況により変更となる場合があります。
申込・問合せはコチラへ↓（参加無料）

49歳までの若者のための就労相談窓口

さんだ若者サポートステーション

運営：一般社団法人 キャリアエール [厚生労働省事業]

受付時間 (月～金) 9:30～17:30

休所日 土曜・日曜・祝日・年末年始

TEL 079-565-9300

〒669-1531 三田市天神1丁目5番33号 三田市商工会館1階

<https://career-yell.jp/sanda/>

履歴書などの添削
面接対策など
気軽に相談して
ください！

