

12月に入り、今年も残りわずかとなりましたね。2023年はみなさんにとってどんな年でしたか？  
今年最後のサポステタイムスは、就活に役立つ2つのセミナーをピックアップ！ぜひご参加くださいね。

## 面接の **極意** を学ぶ! **面接会話力アップ講座**

面接でよくある困りごとを解決すべく内容について学びます。  
面接官の質問に対し、「どのように答えればいいのか?」「自己PRで話せるような経験が無い」「退職理由を聞かれて困ってしまった」など、面接官の考えを知ってどのように伝えればいいのかを、ケーススタディを用いて学びます。

**日時** 12月20日(水) 10:00~12:00

**場所** 三田市商工会館内 **対象** 49歳までの求職活動中の方  
(無職または週の労働時間が20時間未満の方)

**定員** 8名 **締切** 12月19日(火) 17:00



**オススメ!** 「面接を控えている方」「面接に苦手意識のある方」「面接での会話力を高めたい方」etc.

講座内容	<p><b>①面接官の考えを知ろう</b></p> <p>「質問への返答は、噛んだりつまったりせずスラスラ話せるのがよい」など、面接への思い込みに対し、面接官の思いや考えについて解説します。</p>	<p><b>②普通の会話と面接の会話の違い</b></p> <p>普通の会話の例をもとに、面接ではどのような内容を話せばいいのかを学びます。</p>	<p><b>③質問の意図を考えよう</b></p> <p>面接にてよくある質問について、面接官の質問の意図と回答の仕方のポイントを学びます。</p>
------	---	--	--

## 見た目と話し方で **自信** を持って面接に臨む! **印象力アップ講座**

面接や仕事をするうえで大切な、印象をよくするための講座です。  
表情や姿勢、話し方について、実践を交えながら楽しく学びます。

**日時** 2024年1~3月に実施予定 (表情編、姿勢編、話し方編を各1日ずつ、計3回に分けて実施)

**場所** 三田市商工会館内 **対象** 49歳までの求職活動中の方  
(無職または週の労働時間が20時間未満の方)

詳細はブログやチラシをチェック!

**オススメ!** 「面接を控えている方」「就職に向けて自身の印象を良くしたい方」etc.

講座内容	<p><b>【表情編】</b></p> <p>表情の印象をよくするためのポイントとして、視線やアゴの角度について学んだ後、自然な笑顔が出やすいように表情筋トレーニングを行ないます。</p>	<p><b>【姿勢編】</b></p> <p>キレイな立ち姿勢、相手に気持ち伝わるお辞儀の仕方、印象のよい座り方について練習します。</p>	<p><b>【話し方】</b></p> <p>明るい印象の発声、聞き取りやすい発音について学んだ後、発声訓練を行ないます。</p>	<p><b>【共通】</b></p> <p>各講座の最終には、面接時でのロールプレイを行ないます。面接官役であるその他の参加者全員からの評価により、自身の印象や課題点を知ることができます。</p>
------	--	--	---	--



ロールプレイで、他の参加者からの評価が知れて大変参考になった。



面接官としての立場で他の人のロールプレイを見ることができ、どういう表情や姿勢がどのような印象を与えるのか、とても学びになった。

# 12月の予定

★ マークの日は、「応募書類作成・面接対策ワンポイントアドバイス」実施日



月	火	水	木	金	土	日
<b>今月のオープンサポステは、14日!</b> 気軽に立ち寄っていただけるように入力を開放し、 利用方法などの説明を行なっています。				1 キャリア相談 ★	2 休所日	3 休所日
4 キャリア相談 ★	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 ★ オンラインサポステ説明会	9 休所日	10 休所日
11 キャリア相談 ★	12 キャリア相談 出張キャリア相談 (猪名川町)	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) 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) ★ 面接会話力アップ講座	21 キャリア相談 出張キャリア相談 (ウッディタウン) パソコンスキルアップ講座	22 キャリア相談 ★ オンラインサポステ説明会	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) パソコンスキルアップ講座	27 出張キャリア相談 (キッピーモール) ★	<b>年末年始 休所日のお知らせ</b> <b>12/28(木)～1/4(木)</b> は、年末年始のため休所します。			

就職につながる!

若者UP プロジェクト

## パソコンスキルアップ講座

12月開講 《PC入門》 《Word基礎》 《Excel基礎》  
 12/15(金)、12/21(木)、12/26(火)  
 1月開講 《Word基礎》 《Excel基礎》  
 1/25(木)、1/30(火)

【対象】49歳までの求職活動中で全日程参加できる方  
 【時間】13:00～17:00 【会場】三田市商工会館内  
 【持ち物】筆記用具、USBメモリー 【定員】7名  
 【申込締切】《12月開講》12/11(月)17:00  
 《1月開講》1/19(金)17:00

三田市外でも **出張相談** 実施中!

出張相談先	場所	実施日	時間
加東市	社福祉センター 1階 相談室	毎月第3金曜日	いずれも
猪名川町	日生住民センター内 日生公民館 会議室	毎月第2火曜日	①13:00～
三木市	サンライフ三木 1階 分室	毎月第3火曜日	②14:00～
丹波篠山市	丹波篠山市民センター 研修室①	毎月第4火曜日	③15:00～ (1回50分/予約優先)

ハローワーク三田 共催セミナー

仕事選びに役立っ! **職業適性セミナー**

1日目 《筆記検査》 1/16(火) 10:00～11:30

2日目 《器具検査》 1/19(金) 13:00～17:00  
※1 枠 15分程度 / 個別で実施

【対象】49歳までの求職活動中の方  
 【会場】ハローワーク三田 2階会議室 【持ち物】鉛筆(HB)  
 【定員】8名 【申込締切】1/12(金)17:00

オンラインサポステ説明会 30分程度

12/8(金) 22(金) 10:30～



※状況により変更となる場合があります。事前にサポステまでお問い合わせください。

働きたい15～49歳までの無業の方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!



次号もお楽しみに!