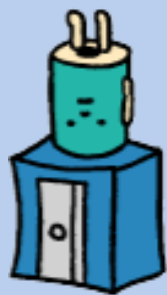


なかまと一緒に
“はたらく”準備を始めてみませんか？



サポステトライやる

- ✓ 働くための準備を始めたい
- ✓ 自分に何が出来るのかな？
- ✓ 生活リズムを整えたい
- ✓ なかまと一緒に何かしたい



サポステトライやるとは

働くことに対して同じような不安を持つ仲間とともに、グループ活動やセミナーを通じて社会人基礎力を養う10日間の集中プログラムです。

コミュニケーション トレーニング



目標達成のため、他のメンバーと協力しながら作業をする中で、円滑にコミュニケーションを図る練習を行います

ストレス対処



グループワークを通して自分のストレスのもとに気づき、ストレスに対処する方法を見つけます

自信や意欲の醸成

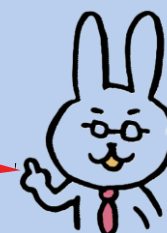
活動を通し、根拠のある客観的評価を受けることで自信をつけ、活動の意欲を高めます



その他にも・・・

社会人基礎能力の習得や日々の活動や共同作業を通して、人間関係や社会との関わり方を実際に体験したり共同作業を通して、チームワークの大切さや強調性を育みます

プログラム内容の詳細は裏面をご覧ください



募集要項

【日程】1月15日（水）～2月7日（金）月・水・金曜日の週3日

【時間】10：00～12：00《個別面談の日は14：30終了予定》

【対象】15歳から概ね40歳までの人で、修了後に職場体験や就職を目指す人

※参加される方は、事前にこうべ若者サポートステーションに登録して下さい。

【参加費】無料（通所のための交通費は自己負担です）

【定員】8名程度 【申込方法】来所、またはお電話にてお気軽にお問い合わせください。

サポトラ プログラム内容とスケジュール

(進捗状況などにより、内容を変更する場合があります。ご了承ください)

会場：神戸市青少年会館内

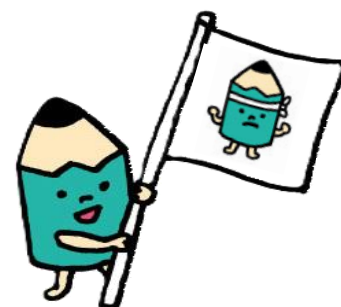
◆ 1月 ◆

1/15 (水)	1/17 (金)	1/22 (水)	1/24 (金)	1/27 (月)
<p>10:00～</p> <p>【開講式】</p> <p>・オリエンテーション</p> <p>・サポステトライやる説明</p> <p>・スタッフ紹介、自己紹介</p>	<p>10:00～</p> <p>【サポトラセミナー】</p> <p>・お互いを知る</p> <p>・現状分析、自己分析を通し自分を見つめなおそう</p>	<p>10:00～</p> <p>【グループワーク①】</p> <p>～他者紹介～</p> <p>・他人の目を通じて、自分自身が知らなかった一面を知ろう</p> <p>13:00～</p> <p>・個別面談</p>	<p>10:00～</p> <p>【サポトラセミナー】</p> <p>～VRぶち職場体験～</p> <p>・動画から働くイメージを深め、こんな場面ではどうする？を話し合おう</p>	<p>10:00～</p> <p>【グループワーク②】</p> <p>～家族旅行～</p> <p>・メンバーと協力しながら課題達成に向けて取り組もう</p>

1/29 (水)	1/31 (金)	2/3 (月)	2/5 (水)	2/7 (金)
<p>10:00～</p> <p>【ハローワーク活用講座】</p> <p>・ハローワーク神戸にてハローワークの効果的な使い方を学ぼう</p> <p>13:00～</p> <p>・個別面談</p>	<p>10:00～</p> <p>【サポトラセミナー】</p> <p>～社会人力～</p> <p>・「報・連・相」について考えよう</p> <p>・職場体験説明会</p>	<p>10:00～</p> <p>【サポトラセミナー】</p> <p>～社会人力～</p> <p>・電話対応の基本を身につけよう</p>	<p>10:00～</p> <p>【サポトラセミナー】</p> <p>～社会人力～</p> <p>・面接基礎講座 面接の基礎を学ぼう</p> <p>13:00～</p> <p>・個別面談</p>	<p>10:00～</p> <p>【サポトラセミナー】</p> <p>～ストレス対応～</p> <p>・カードを使い、自身のストレス傾向や対策の方法を知ろう</p> <p>【閉講式】 (12:30終了予定)</p>

最初は、不安や緊張でいっぱいかもしれませんが、サポステスタッフがしっかりバックアップします！参加メンバーに合ったプログラムを企画していきますので安心してご参加下さい。

参加するかどうするか悩んでいる人もまずはお問合せください。ご連絡お待ちしております♪



申込み・問合せ先

こうべ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)

☎ 078-335-5630

開所時間：月～土 9:30～18:00

休所日：第3月曜、日曜、祝日、年末年始

HP <https://career-yell.jp/kobe/>

Mail k-sapo@career-yell.jp

