



ちょっと役に立つ旬な就活情報をお届け！



サポステタイムス

2025年
10月号

発行：こうべ若者サポートステーション

朝晩など、過ごしやすい日が増え、急に秋めいてきましたね。みなさん、体調など崩されてないですか？
動きやすくなったこの時期に、自分のペースで就活を進めていきましょう！
さて、今月号はこうべサポステの人気講座の1つである『パソコンスキルアップ講座』を大特集します！



を使いこなして

就職活動に活かせませんか？



就職につながる！パソコンスキルアップ講座 とは…

▶▶ 現在求職活動中の **49歳までの方** を対象とした **無料** のパソコン講座です！

《こんな人におすすめ！》

- ・パソコンスキルに自信が持てず応募に一步踏み出せない方
- ・パソコンスキルを身につけて応募先の幅を広げたい方 など

積極的な求職活動につなげていく意欲のある方にオススメ

人気の講座です！
早めにチェック！



講座内容

定員：各5名
使用ソフト：Windows11, Office365

《Word・Excel・PowerPoint 基礎コース》

仕事でよく使う Word・Excel・PowerPoint のソフトを基礎から学ぶ講座です。
文書作成の Word、表計算の Excel、発表資料が作成できる PowerPoint の基礎的なスキルが身につきます。

面接で

「**文書やグラフ作成などの基本操作ができます**」
とアピールできるようになります！

対象者

- ・ **49歳までの求職活動中の方**
- ・ **全日程参加できる方**

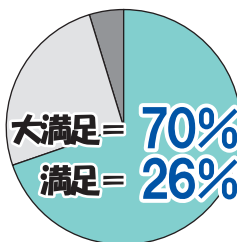
※雇用保険受給のための就職活動証明書の発行が可能です。

HP はコチラ→



パソコンスキルアップ講座の満足度

《講座内容》



《講師の説明》



参加者の声

受講には、説明会への参加が必要です。
まずはお気軽にお問合せください！



「基本操作から便利な機能まで丁寧な説明があったので、理解することができた。」

「求人票に載っている「パソコン基本操作のできる方」で求められているレベル感がわかり、自信を持って応募することができるようになった。」

「仕事の中でどのように使われているのかも教えていただき、働くイメージがよくなった。」

★裏面もご覧ください。

10月の予定



～49歳までの方の就職活動をサポート！～

月	火	水	木	金	土	日
		1 キャリア相談	2 こころの相談 キャリア相談	3 キャリア相談	4 休所日	5 休所日
6 キャリア相談	7 キャリア相談	8 こころの相談 キャリア相談	9 キャリア相談	10 就活力アップ キャリア相談	11 休所日	12 休所日
13 休所日 (スポーツの日)	14 パソコン講座 キャリア相談	15 就活力アップ キャリア相談	16 こころの相談 パソコン講座 キャリア相談	17 就活力アップ キャリア相談	18 オープン サポステ キャリア相談	19 休所日
20 休所日 (施設休館日)	21 パソコン講座 キャリア相談	22 就活力アップ キャリア相談	23 こころの相談 パソコン講座 キャリア相談	24 就活力アップ キャリア相談	25 休所日	26 休所日
27 キャリア相談	28 キャリア相談	29 こころの相談 就活力アップ キャリア相談	30 キャリア相談	31 	初めてのの方は、電話か来所でお気軽に お問い合わせください。 ※オンライン相談は随時実施しています。 ※「キャリア相談」は随時受付(予約優先制)。 「こころの相談」は要予約。	

Pick UP!

すぐに使える! すぐに役立つ! 就活力アップセミナー

現在就職活動中、もしくはこれから就職活動を始めようと思っ
ている方などを対象に、就活に役立つ様々なテーマのセミナーを
実施しています。気になるテーマを自由にお選びください!
1回だけの参加でも大歓迎です。

※ 詳細はHPやチラシでご案内中です。

対象 49歳までの就職活動中の方

場所 神戸市青少年会館内

定員 8名程度

詳しくはコチラ →



今月のテーマ

職業適性検査、適職発見!
はじめの一歩、
コミュニケーションUPセミナー、
ビジネスマナー講座～基本編～、
応募書類作成のポイント、
モチベーションUP術、
アナタの知らないモノづくりの世界

※ 初めて利用される方は
サポステの利用登録が必要です。

ちょっと役立つ『就活』のお話

就活を進めていく上で、ちょっと気になるけど、改めて確認することも
気がひける...といった『ちょっと気になるコト』について、毎月少しずつ
ピックアップしてお伝えします。

第7回目は「面接時の髪型で意識したいポイント」について。

髪型は、面接において印象を左右する重要な要素の1つです。高いスキルを備えた
人でも、乱れた髪型や寝癖がついたままの髪型で面接に臨むと「常識のない人」と
いった印象を与えかねません。限られた時間の中で自分のことを最大限にアピール
するためには髪型を整えることが大切です。面接官に好印象を与えられる髪型を意識
しておけば、第一印象から評価があがり、面接もスムーズに進む可能性があります。

① 表情が見えるようにする。

表情は、面接官がチェックするポイントの1つです。目に前髪がかかって表情が見え
づらいと、全体的に暗い印象を与えてしまう可能性があるため、髪が目や顔にかか
らないよう、表情が見える髪型にセットするのがオススメです。

② 清潔感を意識する。

髪の毛が皮脂でべとべとしていたり、フケがついているなど、清潔感のない髪型は
だらしない印象を与え、面接官の評価を下げてしまいます。派手な髪色や、色が抜け
たり根本だけブリーチ状態になっていたりと白髪が目立っていたりしていることも面接官
の評価を下げる一因となるので、髪色にも注意を向け、髪型を整えましょう。

③ シンプルな髪型を意識する。

『面接はビジネスシーン』と意識してスッキリとシンプルな髪型に整えましょう。

来月も就活にちょっと役立つ「就活」のお話をお伝えします!
お楽しみに!

厚生労働省・神戸市委託事業

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～金・第3土曜 9:30～18:00

休所日:第3月曜、土曜(第3土曜以外)、
日曜、祝日、年末年始

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

こうべサポステ 検索

