

いが若者サポートステーション



6月予定表

月	火	水	木	金	土 1	日 2
開所時間 9:00～17:00 相談無料（予約が必要です） TEL 0595-22-0039						
3	4 10:00～11:30 ストレスマネジメント 講座①	5 10:00～15:15 パソコン講座 PC入門	6	7 10:00～15:15 パソコン講座 ワード	8	9
10 10:00～15:15 パソコン講座 エクセル①	11 10:00～11:30 コミュニケーション 講座②	12 10:00～15:15 パソコン講座 エクセル②	13	14 10:00～15:15 パソコン講座 パワーポイント	15	16
17	18 13:00～16:00 ハローワーク 出張相談	19	20	21	22	23
24	25 10:00～11:30 就活セミナー③	26	27	28 9:30～11:30 臨床心理士面談	29	30



☆コミュニケーション講座（全12回）

6月11日（火）10:00～11:30

講師：伊藤 友木子 さん（株）Will Staff

第3回 テーマ：「面接の立ち居振る舞い注意点」

・訪問時のポイント・室内での動作・退出時のポイント



■ストレスマネジメント講座①

6月4日（火）10:00～11:30

講師：岡田 敦 さん

（上野病院 公認心理師）

ストレスとは何か。

自分にとってのストレス対処法を学びます。



▽利用者の声（コミュニケーション講座 アンケートより抜粋）△

・第一印象が6秒程という短時間で決まることに驚いた。また、言葉の内容よりも声の大きさや態度の方が大事だとわかった。

・知らない尊敬語、謙譲語があったので、勉強して、日常的に正しい敬語が使えるようになりたいと思った。

・とてもわかりやすかった。今まであいまいだった部分が埋められたので、自信につながった。

・コミュニケーションの知識が身についた。

