ちばサポステ　2020年12月プログラム予定

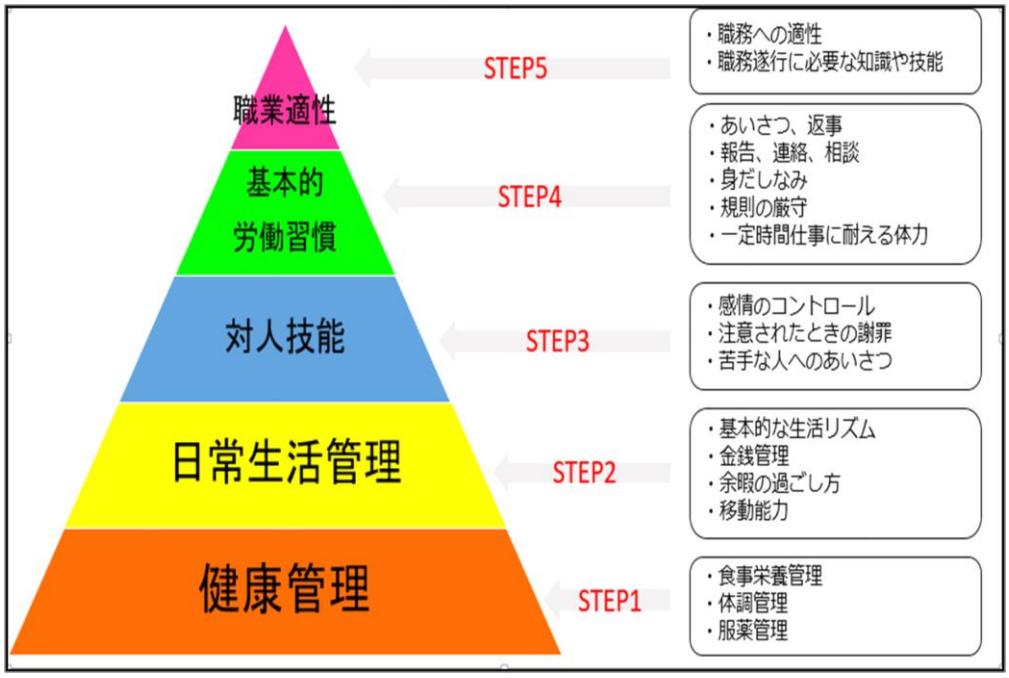
日	月		火	水	木	金	土
			1	2	3	4	5
		10:00～12:00	セルフメンテナンス（ツボ・ストレッチ）	2020企業説明会	2020企業説明会	コミュニケーション	発声・朗読
		13:00～15:00	ビジネスマナー			企業研究	自己理解～お金のはなし～
6	7		8	9	10	11	12
		10:00～12:00	セルフメンテナンス（ツボ・ストレッチ）	NEWSでトリビア	ヨガ	コミュニケーション	発声・朗読
		13:00～15:00	ビジネスマナー	就活対策セミナー	保護者のための発達セミナー	企業研究	自己理解～お金のはなし～
13	14		15	16	17	18	19
		10:00～12:00	セルフメンテナンス（ツボ・ストレッチ）	NEWSでトリビア	PC講座	コミュニケーション	発声・朗読
		13:00～15:00	ビジネスマナー	就活対策セミナー	Artな時間	企業研究	自己理解～お金のはなし～
20	21		22	23	24	25	26
		10:00～12:00	セルフメンテナンス（ツボ・ストレッチ）	NEWSでトリビア	PC講座	コミュニケーション	発声・朗読
		13:00～15:00	ビジネスマナー	就活対策セミナー	就活に役立つ心理学	企業研究	OB・OGとの交流会
27	28		29	30	31		
		10:00～12:00	冬季休所				
		13:00～15:00					

※上記プログラムは、急遽変更になる場合があります。

※10時からプログラム開始します。終了は15時です。
※遅刻・欠席の際は、必ず事前に連絡をしてください。

セルフメンテナンス（ツボ・ストレッチ）	ツボの紹介やストレッチなどでココロもカラダも元気にします！
ヨガ	簡単なヨガを通じて自律神経を整え、リラックスします。
発声と朗読	現役舞台女優による指導で、はっきりとした声で話すために上手な発声方法を学びます。
コミュニケーション	仕事上の話し方と、日常会話の身につけ方。どのように話せば礼儀正しいのかや、職場上での距離の取り方を学びます。
NEWでトリビア	新聞記事を音読し、社会の今を読み取ります。記事の中の熟語を学んだり、雑学を伸ばすことが出来ます。
Artな時間	自由に絵を描いたり、何かを作ったりしましょう！
レクリエーション	季節折々にあったテーマをみんなで決めて、一緒に楽しみましょう！
自己理解	自分を生かせる仕事選び、応募に必要な自己アピールを作るための自己理解をします。
OB·OGとの交流会	テーマを設けた討論会、日常のちょっとした出来事の報告、親交を深めるためのイベント企画を行い、人と関わる力や発想力を磨きます。
就活対策セミナー	求人の探し方、企業の見方、応募電話のかけ方、応募書類の基礎を学び作成と実践的な就活スキルを身につけていきます。ビジネスにおける身だしなみや挨拶、接客、電話応対、仕事の進め方、様々な場面での立ち振る舞いやマナーを学びます。
ビジネスマナー	実際に声を出し、動きを入れたロールプレイングを実施し、ビジネスシーンにふさわしい挨拶やマナーを身につけます。
PC	Word,ExcelなどのOffice系ソフトの使い方及びPC知識について学びます。簡単なスケジュール表の作成等を行い、実践することでPCスキルを身につけていきます。
企業研究	業界別などに焦点を絞り、企業調査をして発表していきます。新たな発見があるかも！！
職業人講話	様々な企業の方にご来所頂き、仕事内容ややりがいをお話していただくプログラムです。
保護者のための発達セミナー	就活を始める子をもつ保護者の方に、保護者ができる支援について心理学の観点からお話します。
就活に役立つ心理学	認知行動療法などをベースにストレスとの付き合い方を学んだり、カードゲームを用いて上手な自己表現を学びます。

就職準備性ピラミッド



ちばサポステでのピラミッドの位置づけ

職業適性	・職場体験、実習 ・職業人講話
基本的労働習慣	・ＰＣの基礎・応用 ・就活対策セミナー ・企業研究
対人技能	・ビジネスマナー　～実践編～ ・自己理解 ・ＯＢ・ＯＧの方との交流会
日常生活管理	・ＮＥＷＳでトリビア ・コミュニケーション ・レクリエーション ・Artな時間
健康管理	・軽い運動 ・発声・朗読 ・ヨガ