

とちぎサポステ プログラム一覧

プログラム名	プログラム説明	日時	予約	費用	スキルアップ
パソコン基礎 初級	PCに不慣れな方もご自身のペースでword、excelを学ぶことができます。自主学習式で黙々作業です。	毎週火曜 10:30~11:30 11:45~12:45	有	無	・PC操作 ・word・excel技術
パソコン基礎 初級や中級	上記の初級編に加え、名刺やカレンダーの作り方など、word、excel等の実際の仕事の現場で使える応用編の講座です。自主学習式で黙々作業です。	毎週木曜 13:30~14:30 14:45~15:45	有	無	・PC操作 ・word・excel技術
価値観講座	自分の価値観、他人の価値観ってなんだろう。自分の価値観が全て？絶対？そんなことを、ワークを通して見つめる講座です※講座の特性上、参加希望者が集まり次第の開講です。	年1~2回 全4回	有	無	・相手を認める ・意見を言うこと ・様々な視点
タッチタイピング	タッチタイピングといって、キーボードを見ないで入力ができるようになることを目指します。ゲームを使って楽しく練習しよう。	月2回	有	無	・タイピング技術 ・PC操作
マナー講座	普段から知っておくと便利なマナーについて学べる講座です。また就職活動にむけても役立つ知識を身につけることができます。気軽に参加してみませんか？	年1~2回 全3回	有	無	・マナー ・ビジネスマナー
"お金"を学ぶFP講座	本講座ではさまざまな支出(年金・税金・生活費)の基本的な仕組みを学びます。いつかは知っておきたい知識をお伝えします。【年金・社会保険編】と【確定申告編】と【一人暮らし編】を順番で開催しています。	月1回	有	無	・年金,税金,保険の 仕組み ・金銭感覚
会話道	ゲームなどを通してコミュニケーションを練習します。基礎をじっくり行ったり、敬語を重点的に行ったり、いろいろなパターンのコミュニケーションを学びましょう。モジャコくワカシくハマチくワラサくプリの順番で難しくなります。	月1~2回	有	無	・コミュニケーション
バーチャルセミナーに 参加しよう	アバターを操作して、バーチャル空間でハローワークの講座に参加します。セミナー内では会話はできません、ジェスチャーを駆使してアバターでの表現方法を試してみよう。	月1~2回	有	無	・アバター操作 ・就活
"目的のない"座談会	集まった人によって内容が変わる座談会。何を話すかはその日のメンバーとその場で相談しながら決めていきます。雑談か、ゲームか、はたまた哲学か、ドキドキワクワクのミステリーセミナーです。	月1~2回	有	無	・コミュニケーション ・雑談知識
"目的のある"座談会	事前に話す内容を決めてある座談会です。基本的には話をする練習の場になっており、参加者は興味関心のある内容に参加しますので、比較的話がしやすい環境です。	不定期	有	無	・コミュニケーション
今日 なにするプログラム	削るときれいな色が出てくる「スクラッチアート」、簡単なパターンを繰り返し描くことで、気持ちを落ち着かせる「ゼンタングル」、絵や写真を切り抜き、台紙に貼る「コラージュ」、一人で黙々とできるものを実施する予定です。	月1回	有	無	・リラックス効果 ・集中力 ・自己表現
Let's Enjoy English	ゲームを通して英語に慣れることを目的としています。英単語や簡単な会話などを練習しながら、英語の楽しさを感じてみましょう。	月1回	有	無	・コミュニケーション ・英語の知識
今月のβ版	不定期に、新しいプログラムのお試し企画を行っています。	不定期	有		
初めての サポステ説明会 (ZOOM)	サポステ利用を検討している方に向けたプログラムです。サポステがどんなところかわからない、気になっている等々、匿名で参加できるZOOM説明会です。	QRコード、ホームページ、お電話にてお申込みください。	無		

とちぎサポステ 2月プログラムカレンダー

▼マークのプログラムは人との会話がほとんど必要ないプログラムです。

♠マークは最小人数の指定があるプログラムです。予約状況によって開催中止となる場合があります。

◎マークのプログラムは『今月のお試しプログラム』です。



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3 ▼パソコン基礎初級 (サポステ) 11:00~12:30	4	5 スタッフ研修のため 13:30から受付開始 ▼パソコン基礎初級や中級 (サポステ) 13:30~14:30 14:45~15:45	6 会話道2 "ワカシ編" (サポステ) 13:30~15:00	7
8 休	9 休	10 ▼パソコン基礎初級 (サポステ) 11:00~12:30 ▼タッチタイピング (サポステ) 13:30~14:30	11 休	12 ▼パソコン基礎初級や中級 (サポステ) 13:30~14:30 14:45~15:45	13 ▼サポステ説明会 (ZOOM) 17:00~17:30 (状況に応じて延長)	14
15 休	16 休	17 ▼パソコン基礎初級 (サポステ) 11:00~12:30 次の一歩説明会 (別館) 13:30~15:00	18 ▼バーチャルセミナー に参加しよう (サポステ) 13:30~15:00	19 ▼タッチタイピング (サポステ) 11:30~12:30 ▼パソコン基礎初級や中級 (サポステ) 13:30~14:30 14:45~15:45	20 会話道3 "ハマチ編" (サポステ) 14:30~16:00	21
22 休	23 休	24 ▼パソコン基礎初級 (サポステ) 11:00~12:30 ♠Let's Enjoy English ~Go Fish Game~ (サポステ) 14:30~15:30	25 ▼スクラッチアート (サポステ) 13:30~15:30	26 ▼FP講座ミニ "一人暮らし生活費" (別館) 10:30~11:30 ▼FP講座ミニ "いざというときのお 金の『借り入れ』" (別館) 11:30~12:30 ▼パソコン基礎初級や中級 (サポステ) 13:30~14:30 14:45~15:45	27 ♠会話道1 "モジャコ編" (サポステ) 13:30~15:00	28 ♠"目的のない"座談会 (サポステ) 13:30~15:30
☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆

◆お知らせ◆

☆『FP講座ミニ』は"一人暮らし生活費"と"いざというときのお金の借り入れ"です。片方でも両方でも参加できます。

☆『Let's Enjoy English』は、"Go Fish Game"をします。ゲームしながら気軽に英語を学びましょう。

☆『会話道』はモジャコ<ワカシ<ハマチ<ワラサ<ブリの順番で難しくなって(出世して)いきます。

☆『バーチャルセミナーに参加しよう』はアバターで就活セミナーに参加します。○×クイズをします。

☆『次の一歩説明会』は、自立・仕事に向けて、具体的な"次の一歩"を紹介・情報提供する時間です。

☆『タッチタイピング』はキーボードを見ないで入力することを目指します。ゲームを使って楽しく練習しよう。



鹿沼出張相談 2月5日
上三川出張相談 2月12日
日光出張相談 2月18日
高根沢・那須烏山出張相談 2月20日

とちぎ若者サポートステーション
火曜~土曜:10:00~18:00 月曜・日曜・祝日休
TEL028-612-2341 FAX028-612-2343
e-mail:info@tochigi-saposute.jp