

ひとりで悩んでいませんか？
生きること、働くこと、あなたの悩みを一緒に考えます。

しんじゅくサポステだより

第193号
2025年3月号

対象となる人

学校を卒業・中退後あるいは離職後
一定期間無業の状態にある、
15歳から49歳までの方及び
その保護者の方が対象です。

利用料金

基本的に**無料**です。
ただし、プログラムの内容によっては
参加費がかかる場合があります。

交通案内

- ・東西線早稲田駅3b出口 徒歩7分
- ・副都心線西早稲田駅2番出口 徒歩11分
- ・都電荒川線 早稲田駅 徒歩9分
- ・JR山手線、西武新宿線 高田馬場駅
早稲田口改札徒歩18分

*****3月のおすすめプログラム*****

寒い日が続いてますが、もうちょっとで暖かくなりそうですね。

働くための準備をするには最適な季節かもしれませんね。一緒に働く準備をしていきましょう！

3/17
(月)

怒りと不安の対処法セミナー

時間：13：30～15：30

場所：しんじゅくサポステ

怒りや不安が原因で人間関係や物事に失敗した経験はありませんか？

そんなあなたに朗報です。怒りや不安の原因を知り、コントロールできるようになることで、就活やその後の就職人生、

さらにはプライベートにも活かすことができると思います。このセミナーを通して、怒りや不安の対処法を学んでみませんか？

時間：13：30～15：30

場所：しんじゅくサポステ

自分の行動傾向&インバケット

株式会社 Kaien 新宿

3/18
(火)

実際の職場を想定しながら、皆で楽しく、実践的にビジネススキルを学んでいく講座です。

第一部「自身の行動傾向」では、実際に職場で起こる様々なシチュエーションから、ご自身の考えや行動の傾向を

つかみます。円滑なビジネスコミュニケーションを皆で考えていきましょう！

第二部「インバケット」では、たくさんの仕事と同時に降りかかってきたときに、どの仕事から処理するべきか、実際のお仕事

のシーンを想定して実践していきます。皆で楽しく話し合いながら、タスク付けの優先順位を練習しましょう。

お問い合わせ先

TEL : 03-6380-2288

Mail:syss@roukyou.gr.jp

●(月)～(金)10:00～18:00

●(第1、第3土)13:00～17:00

※未所の際は、事前にお電話でご予約をお願いします。

他にも多数講座を用意しております。

詳しくはHPへアクセス

<http://syss.roukyou.gr.jp/>

講座の雰囲気はブログで紹介しております。

<http://ameblo.jp/shinjukusaposute/>

しんじゅく若者サポートステーション サポステ・プラス

〒169-0051 東京都新宿区西早稲田2丁目4-7 東京DEW 2F