

しんじゅく若者サポートステーション

40代も
利用できる

サポステ・プラス 11月プログラム

日	月	火	水	木	金	土
					1 13:30~15:30 心理テスト	2
3 休館日	4 休館日	5 13:30~15:30 ボランティア体験！ 「切手整理で社会貢献！」 ※はさみ持参	6 15:00~17:00 全身運動でモヤモヤを吹き飛ばそう！	7 13:00~16:00 ※雨天中止 農業体験！ ※12時50分 京王線稲城駅改札前集合 軍手、飲物、買物袋、着替え持参	8 13:30~15:30 パソコン講座 ～Word基礎編～ (株)ウィルオブ・ワーク	9 休館日
10 休館日	11	12 13:30~15:30 音楽セラピー	13 13:30~16:00 接客体験！「とつかふえ」 ※13時00分サポステに集合	14 13:30~15:30 就職活動ガイダンス & jobtag 紹介 新宿わかものハローワーク	15 13:30~15:30 いつでもどこでもセルフケア ～マインドフルネス活用術講座～ (株)COKIA	16
17 休館日	18	19 13:30~15:30 ワークスタートセミナー ～知っておきたい 働くときのポイント～ 新宿労働基準監督署	20 13:30~15:30 ビジネスマナーセミナー ～基本編～	21 15:00~17:00 認知行動療法講座 SIN医療福祉サービス	22 13:30~15:30 コミュニケーションを楽しもう！ ～仲間と一緒に作る成功体験～	23 休館日
24 休館日	25	26	27 15:00~17:00 自己肯定感アップ講座 HRカインド	28 14:00~15:00 ※雨天中止 ボランティア体験！ 「大久保通り清掃」 ※13時50分現地に集合。 場所はスタッフにご確認ください。	29 13:30~15:30 セルフケアチェックとストレス コーピング ディーキャリア柏オフィス	30 休館日

※セミナー参加を希望される方は前日までに予約をお願いします
セミナー、各種イベントに参加する場合は時間厳守でお願いします

Tel : 03-6380-2288

Mail : syss@roukyou.gr.jp

ホームページ

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

X(旧Twitter)

<https://twitter.com/home>

ブログ

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

HP ↓

