

# 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1月プログラム

日	月	火	水	木	金	土
				1 休館日	2 休館日	3 休館日
4 休館日	5	6	7	8	9	10 休館日
11 休館日	12 休館日	13 13:30～15:30 超入門！ビジネスコミュニケーション	14 13:30～15:30 ビジネスマナーセミナー ～基礎編～	15 13:00～16:00 ※雨天中止 農業体験！ ※13時00分京王線稲城駅改札前集合	16 15:00～17:00 自己肯定感アップ講座 HRカインド	17
18 休館日	19 15:00～17:00 やる気UP×マインドフルネス 実践講座 株式会社COKIA	20	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 パソコン講座～Word基礎編～ SAKURA新宿センター 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分現地集合。場所はスタッフにご確認ください	23	24 休館日
25 休館日	26 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ITエキスパート 中野オフィス	27 15:00～17:00 チームビルディング ～タワービルディング～	28 14:00～15:00 しんじゅくサポステ説明会	29 13:30～15:30 新宿わかハロ見学ツアー ※13時20分現地入口集合	30 15:00～17:00 レッツコミュニケーション！ HRカインド	31 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をお願いします

Tel : 03-6380-2288

Mail : syss@roukyou.gr.jp

ホームページ

X(旧Twitter)

ブログ

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

<https://x.com/shinjukusupport>

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

HP↓

