

はちのへサポステ通信 vol. 60

～～ このおたよりは、利用者さんと作成しました！ ～～
「1月セミナーの振り返りです」

書初めセミナー

1月9日(火) 9:45～11:30

新春らしい書初めセミナーに参加しました。書道は久しぶりで楽しみにしていました。先生が書いた手本を見ながら、練習しました。書初めには、今年の抱負として「挑戦」を書きました。さまざまな事に挑戦していく強い気持ちを持ちながら、書初めしました。書き終わった後に気持ちが引き締まり、これからも頑張っていきます。

自己理解「働く意義」

1月12日(金) 9:45～11:30

なぜ「働く」のかという根本的な問題を話しあいました。社会との関わりを持つ、経済的理由、生きがいなど様々な考えができました。答えは人それぞれだと思いますが、大切なのは「就職」という目標を強く意識するということだと思います。今回のセミナーを受けて、自分なりの「働く」ということをすこしだけ見つける事が出来ました。



PCセミナー①②③

Excel テータベース基礎講座

1月15.17.19日 14:00～16:00

三日間を通してエクセルのデータベースに関する基礎を学びました。住所録や売上のデータ表を使い、データの編集や並び替え、抽出といった機能を練習し、最終日はピボットテーブルという機能を使えば簡単に表を作ることが出来るようになりました。一見、見づらいデータ表もそのような機能を使えば必要な情報だけを確認できるので学びました。これらの機能は最初にデータがあることが前提なので、何かデータを用意して自分なりに忘れないように努めたいと思います。

パソコン講座 E-①～ポスター作成～

1月11日(木) 10:30～12:00

1月24日に開催された職場体験のためのポスターを作りました。編集しやすいように項目ごとにテキストボックスに入力しました。また、パンフレットにある写真を貼り付け、見やすくなるようにしました。ただ時間内にあまり仕上げることが出来なかったのでスピードを意識しながら取り組みたいと思います。

アニメ漫画から学ぶ～名言編～

1月16日(火) 10:30～12:00

色々な名言をみんなで語り合いました。中には、5つも発表している人もいました。心に残る名言もあれば面白い名言もありました。多くの名言を聞いているうちに元気が出てきました。ちなみに2018年1月～3月までの冬アニメは54作品あります。ここからも名言が生まれそうですね。ではここで名言をひとつ。
「信じよう、人の心を。この世に悪い人なんていやしないよ」 「ちびまる子ちゃん」 山田笑木



就労基礎講座

1月18日(木) 9:45～11:30

社会に出たときに役立つ尊敬語、謙譲語、丁寧語について学びました。私自身誤って覚えているものが多かったです。私はすいません多用していたので申し訳ありませんでしたと言うことがなかったです。今回の講座で学んだ事を活かしながら、頑張っていきたいと思います。



はちのへサポステ通信 vol. 60

～～ このおたよりは、利用者さんと作成しました！ ～～
「2月おすすめセミナーの紹介です」

アニメ漫画から学ぶ「キャラクター編」

2月7日(水) 10:30～12:00

もし、好きな登場人物になれるとしたら、
あなたは何になりたいですか？何をやりますか？
一緒に夢を語って、なりたい人物に近づこう！！

職場体験「南郷図書館」

2月9日 14:00～16:00

(13:15 はちサポ集合)

かまくら作りイベントの下製作をしま
す。図書館の職員の方に指導のもと、本の
整理・整頓・仕分けなど、図書館での仕事
体験しよう！防寒着を忘れずに！



職場体験「ハピたのかふえ」

2月21日 9:30～15:00

(8:30 はちサポ集合)

十和田市にある十和田 NPO 子どもセンター
ハピたのさんが運営しているカフェで
職場体験します。キッチンでのお手伝い、
ホールの接客など朝の清掃から体験します。

準備するもの エフロン・三角巾



失敗しないビジネス

「メールのマナーと実践」

2月23日(金) 13:30～15:30

(13:00 はちサポ集合)

ビジネスシーンで欠かせない存在にな
っているメール。そのメールで失敗しな
いよう好感度と信頼度が上がるビジネス
メールのマナーやよく使うフレーズなど
を学び、実際にメールソフトを使って送



「こころの相談日」

2月8日(水) 13:30～16:30

臨床心理学の先生が個別にお話を伺います。

※こころの相談は必ず事前の予約が必要です

※定員3名様となっております

ビジネスマナー「面接印象アップ」

2月16日(金) 10:00～12:00

就職試験で必ずある面接試験。面接が苦
手、という人も多いのではないですか。
面接は第一印象が大切です。化粧品会社の
美容部員から、第一印象アップに必要な外
見上留意したいことを教えていただき、
面接などの実践に活かしましょう！



ジョブカフェセミナー
メンタルコーチングセミナー

「緊張をほぐす話し方」

2月27日 10:00～12:00

人前で緊張してしまいうまく話せない”
といった心理的な不安をやんわりとほぐし
緊張を和らげる方法など、ちょっとしたこと
で解消できるかもしれません。一緒にコツを
掴んでみませんか？

