

ひゅーまにあ 八王子通信 2017年7月号



第10号(2017年7月発行)
発行:ひゅーまにあ八王子
住所:八王子市東町3-11
プレイム八王子ビル5階
TEL:042-646-0536
営業時間:9:00 ~ 18:00
定休日:土日祝日
HP : <https://ch-j.co.jp/>
Mail: humania_hachioji@ch-j.jp

就職準備セミナー を行いました



「企業が求める人材とは」をテーマに外部の方もご参加頂けるセミナーを行いました。
「週にどれくらい働けばいいのか」
「企業にアピールできる材料は何か」
「就労移行支援事業所では何ができるのか」
などこれから企業での就労を目指す方に役立つ内容をお話させて頂きました。
当日は関係機関の方も含めて約15名の方にご参加いただきました。

～参加された方の感想～



実際に就職を考えたときにどのような自分になれば就職できるのかが具体的にイメージできました

トレーニング紹介 ～模擬面接～



就職活動にあたって面接での印象は非常に大切です。

繰り返し練習していく中で、

「自分の長所やスキルの伝え方」

「挨拶の仕方」

「表情」、「姿勢」、「話すスピード」などなど

どのようにすると印象が良くなるかポイントをお伝えし面接のスキルアップを図ります。

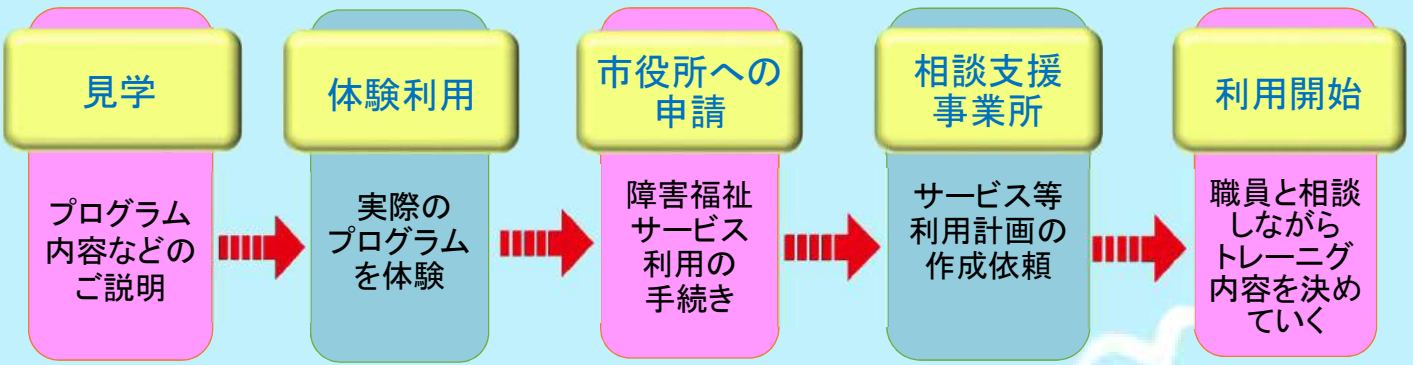
講座紹介 ～ストレスケア～

仕事を長く続けるためのストレスとの向き合い方を紹介する講座です。



ストレスの原因から対処法を考えます。

利用までの流れ



週間プログラム表

	月	火	水	木	金
10:10 ~ 11:00	パソコン 事務トレーニング	パソコン 事務トレーニング	パソコン 事務トレーニング	パソコン 事務トレーニング	週間目標 meeting
11:10 ~ 12:00	パソコン 事務トレーニング	第2・4 姿勢矯正講座	パソコン 事務トレーニング	パソコン 事務トレーニング	パソコン 事務トレーニング
12:00 ~ 13:00	お昼休み				
13:00 ~ 13:50	【隔週】 メタ認知 /JST講座	メンタルヘルス 講座	グループワーク (ディスカッション/作業)	オフィスマナー 講座	【隔週】 就職準備セミナー /趣味講座
14:00 ~ 14:50	【隔週】 メタ認知 /JST講座	パソコン 事務トレーニング	グループワーク (ディスカッション/作業)	パソコン 事務トレーニング	【隔週】 就職準備セミナー /趣味講座
~15:00	日誌記入(片付け・掃除)				

週間プログラムの例です。
 こちらは週5日の例ですが体調に合わせて週1日・1時間からの通所も可能です。様々なプログラムを用意しておりますので、必要に応じて講座やトレーニングを組み合わせることができます。

見学・体験・お問合せ お待ちしております



就労支援センター ひゅーまにあ八王子

電話 : 042-646-0536

Fax : 042-646-0537

Mail : humania_hachioji@ch-j.jp

〒192-0082

八王子市東町3-11プレイム八王子ビル5階

受付時間 : 9:00~18:00 (定休日 : 土日祝日)

