

主なプログラムと内容

プログラム名	内 容
バイタルチェック	月2回、看護師による血圧チェックや、服薬についての相談ができます
メンタルヘルスケア	月2回、看護師によるメンタルについての相談ができます
特別講座	様々な企業の方に外部講師としてお越しいたき、ビジネスマナー等、これからの就職活動に役に立つことを教えていただきます
就活準備	就職活動をするにあたっての基礎知識を習得します
一般常識・SPI対策	一般常識やSPIの目的や役割を理解し、問題にチャレンジすることで、就職活動に備えます
求人閲覧	ハローワークで求人票の見方を覚えたり、求職相談を行います
秘書	お茶出しや言葉遣い、封書やビジネスマナーの書き方等、実践を交えながら行います
メモの取り方	職場の様々な場面において、要点をまとめてメモを取る練習をします。
ペン習字	文字のバランス、読みやすい文字を書くことを目的としています。就活にも活かれますよ！
ピッキング	納品書に沿って、必要な商品の種類、数を集められるか、3人のグループで実践することでチームワークや仕事のすすめ方を学びます。
面接対策	面接におけるポイントの確認をしたり、応募希望の求人票をもとに、職員と実際の面接場面を想定した模擬面接を行います。
求人票の見方	実際の求人票を見ながら、求人票を見る際のポイント、注意点を分かりやすく解説します。
JST <small>ジョブ・スキル・トレーニング</small>	社会生活・職場において必要となるスキルのコツを学びます。ロールプレイを通じて、基本的な社会マナーや対人コミュニケーション技能をトレーニングします。
ボイストレーニング	外部の先生をお招きして文節の区切り方を学び、どうすれば相手にとって聞きとりやすい話し方ができるか実践を中心に行います
MOS対策	MOSとはMicrosoft Office Specialistの略で、Officeの利用能力を証明する世界的な資格試験制度です。資格が目的ではない方も参加可能です
コミュニケーション	自分のことを話すこと・人の話を聞くことを通してコミュニケーションスキルの向上を図ります
作文	文法的に正しく、構成の整った、分かりやすい文章を書くためのプログラムです 毎回1つの題について、原稿用紙1枚程度の作文を書いていただきます
パソコン腕試し	パワーポイントやワードを使って、パンフレットやチラシ作りに挑戦してみましょう。 初級と中級がありますよ！！
Adobe Photoshop	2～3名限定。就職に直結するDTPスキルを身につけることができます
Adobe Illustrator	
マインドマップ	言葉やイメージ（絵）を使って、頭の中を整理するプログラムです。新しい思考の手助けをします
趣味	主にものづくりを中心とした余暇活動をご紹介します。興味を深めたり視野を広げることを目的としています
スローエクササイズ	ストレッチをアレンジしたもので、ストレスや運動不足の解消を行います
カラーージュ	雑誌や色紙を切り抜いて、自由にあなただけの作品を作りましょう！
ネイル	ネイリストの先生を招いて、ネイルや爪のケアを行います。身だしなみは指先から（!?）
生活の知恵	アイロンのかけ方や靴のみがき方など、日常生活で覚えておくくと便利な知恵を実践を交えながらご紹介していきます
ストレスケア	（座 禅）： 集中力を高め、自分の心をコントロールする力を身につけます （散 策）： 近隣を散策することで、色々な発見をしたり体力増進を目指します （アロマ）： アロマをつかってマッサージをすることで、心身の緊張をほぐし自律神経を整えます