

プログラム紹介



プログラム参加にはサポステ登録・事前予約が必要です。

タイトル	内容
コミュニケーションワークA・B	コミュニケーションが苦手な方でも気軽に参加できるトークタイムや、価値観共有のゲームをします。
軽作業	文房具の組み立てや資料の封入など、簡単な作業をしながらグループでの作業に慣れましょう。
はたらくためのSST (ソーシャルスキルトレーニング)	ロールプレイを通して、社会のコミュニケーションで困りがちな場面での対処法を身につけましょう。
はじめの一步プログラムA	はたらくための最初の一步。仲間と一緒に自分らしさや長所を発見するプログラムです。
パソコン講座	仕事に備えてサポステでPCを学んでみませんか？ 4つのコースをご用意しています。
ゆるっとストレッチ	体がカチカチというあなたへ…。無理なくできるストレッチや深呼吸の方法を体験しましょう。
手作りワーク	「樹脂粘土でミニチュアパンづくり」「コラージュ」など。楽しく作品作りをしましょう！
コミュニケーション講座 「マナー編」「トーク編」	コミュニケーションへの苦手意識があるとなかなか就活にも踏み出せないもの。就活場面を想定したコミュニケーションを学びましょう！
職場で役立つビジネスマナー	電話対応の基本を中心に、正しい敬語の使い方などビジネスシーンで役立つマナーを学びます。
おきらくクラブ	何をやるかは毎回のお楽しみ。まずはおきらくクラブで人と一緒に過ごしてみましょう。

