

セミナー参加費無料 要予約

ご利用案内

※ セミナーの受講には、当日もしくは事前に『若者就労支援コーナー』の利用者登録が必要です。

2024年 4月 セミナー日程表

月	火	水	木	金	土
1 【お知らせ】 ・引き続きセミナー室の換気徹底を継続します。 ・体調不良の方は出席をお控えください。	2	3	4	5 13:00～15:30 改めて確認しよう ビジネスマナー オンライン社会での メールや電話対応 【対象】54才以下	6 利用方法解説 10:00～11:00セミナー室 13:00～14:00オンライン ご利用説明会 センターの上手な活用法 【求職活動証明対象外】 【対象】全年齢
8 パソコンセミナー 10:00～15:00 Excel 基礎講座 【対象】求職中の54才以下	9	10 10:00～11:30 ハローワークの職員 が解説する 求人票の見方 【対象】全年齢	11 	12 第2土曜日	13
15 13:00～16:00 杉並区での 「事務系のお仕事」 時代の変化を見据えた 経験を活かせる仕事 【対象】54才以下	16	17 	18	19	20 シニア向け 13:00～15:00 シニアの暮らしと 働き方を考えよう 自分らしさを 発見する方法 【対象】概ね55才以上
22 パソコンセミナー 10:00～15:00 Word 基礎講座 【対象】求職中の54才以下	23 	24	25	26 シニア向け 13:00～15:30 経験者に聞こう 定年前後の再就職 具体的な疑問点を ファシリテートで解消 【対象】概ね55才以上	27 第4土曜日
29 昭和の日	30	職場に馴染めない方々向けの対策講座(SST)です！ いままで気が付かなかった社会性を身につけましょう ・自分の特性を知った上で対策をしよう(5月10日開催) ・嫌われない、最少限の会話術を学ぼう(7月12日開催予定) ・これだけは守ろう、会社での立ち振る舞い(9月6日開催予定) 【職場で感じた辛い過去を繰り返さないための対応策を学ぶ】			



杉並区就労支援センター

若者就労支援コーナー

※ セミナー受講者は求職中の方を対象としています。
セミナー予約は初めて受講される方を優先させていただく場合があります。

お申込・問合せ ☎03-3398-1136

(平日及び第1、第3土曜日 9:00～17:00)

2024年 5月 セミナー日程表

月	火	水	木	金	土
1 高年齢者向けのセミナーが充実しています！ ・シニアの暮らしと働き方(4月20日開催) ・経験者に聞こう定年前後の再就職(4月26日開催) ・シニアならではの応募書類と面接(5月16日開催) ・60歳からの再就職事例の紹介(5月31日開催)	2	3 憲法記念日	4 みどりの日 第1土曜日ですが 休館となります	5	6
6 こどもの日 の振替休日	7	8 10:00～11:30 ハローワークの職員 が解説する 求人票の見方 【対象】全年齢	9	10 SSTセミ 13:00～16:00 自分の特性を知る 職場で受けた辛い 思いを繰り返さない 対応策を学ぼう 【対象】全年齢	11 第2土曜日
13 パソコンセミナー 10:00～15:00 Excel 応用講座 関数/データベース 【対象】求職中の54才以下 申込受付4/15～	14 	15	16 シニア向け 13:00～16:00 経験とスキルを 最高にアピール シニアならではの 応募書類と面接対策 【対象】概ね55才以上	17	18 13:00～15:30 分かり合うための コミュニケーション術 自身のタイプを知って 対人関係を良好 【対象】54才以下
20 13:00～16:00 採用される 応募書類の書き方 自己PR・志望動機 表現のしかた 【対象】54才以下	21 13:00～16:00 パソコンを使って 適性・適職診断 変化の時代の 自己分析 【対象】54才以下	22	23 	24	25 第4土曜日
27 パソコンセミナー 10:00～15:00 PowerPoint 基礎講座 【対象】求職中の54才以下 申込受付4/15～	28	29 10:00～11:30 ハローワーク新宿 担当者が解説 職業訓練の概要と 応募条件・方法 【対象】54才以下	30	31 シニア向け 10:00～11:30 60歳からの再就職 シニアの再就職 の上手な進め方 就職事例の紹介 【対象】概ね60才以上	

すぎJOB 若者就労支援コーナー 相談のご案内 (予約制 ☎03-3398-1136)

【就労準備相談・求人紹介】

「就労」に関して分からないことや不安なこと、困っていること等、あなたの状況に応じた相談を行っています。担当相談員が継続して支援。個室で安心してご相談いただけます。(相談時間:45分程度)

相談の中で杉並区内の求人(就職応援ナビすぎなみ)等の情報提供と応募、就職までをサポートします。

月曜日～金曜日・第1・3土曜日 ⑩10時～ ⑪11時～ ⑫13時～ ⑬14時～ ⑭15時～
水曜日 ①～⑤および⑥18時～⑦19時～

【心とことこの相談】 第2・4月曜日 臨床心理士等による就職活動中の心の悩みなどに関する相談(予約制)

【親と子の就労相談】 第1・3木曜日 午前(予約制)

※ 「すぎトレ(ジョブトレーニングコーナー)」と「ハローワーク」は土曜日はご利用できません。

杉並区就労支援センター
〒167-0032 杉並区天沼3-19-16 ウェルファーム杉並 複合施設棟1階



杉並区が運営する 区内事業所求人情報サイト

就職応援ナビすぎなみ

各種求人情報を掲載しています！
お住まいの近くで働きたいとお考えの方
ご活用ください。

「働くこと」に役立つ情報
発信中！



2024/4/1

