



# せたがや若者サポートステーション

ボランティア

ジョブトレ

就活支援

職場見学・仕事講話

交流

コミュニケーション

※ボランティアは外部で行うプログラムです

※各プログラムは中止・延期となる場合がございます

☆は三茶おしごとカフェのセミナールームで行うプログラムです

日	月	火	水	木	金	土
3/30 仏滅 休み	3/31 大安 休み	1 赤口	2 先勝	3 友引 畑作業 10:00~12:00 にこにこみやさか 清掃体験 16:30~18:00	4 先負	5 仏滅 清掃体験 10:00~11:00
6 大安 休み	7 赤口 休み	8 先勝 ワークラボ「イラスト部」 ~自分の得意を活かす~ 14:00~15:30	9 友引 PC講座 (ワード・前編) 14:00~16:00 ※4/30(水)の後編とセット	10 先負 畑作業 10:00~12:00 こころば 14:00~16:00 こども食堂 (ボランティア) 16:00~19:00	11 仏滅 4つの気質セミナー☆ 10:00~12:00 東京ミドルワーク チャレンジ 事前説明会 (セミナー) 14:00~16:00	12 大安 サポステ見学会 10:00~12:00 メルサポ 気軽に寄れる居場所 (フリースペース) 13:00~16:00 家族会 14:00~16:00
13 赤口 休み	14 先勝 休み	15 友引 ビジネスマナー セミナー 10:00~12:00	16 先負	17 仏滅 畑作業 10:00~12:00 おさんぼくらぶ 14:00~16:00	18 大安 面接力アップ セミナー 13:00~16:00 NEW 大東コーポレート サービス株式会社 (職場見学) 14:00~15:30	19 赤口 清掃体験 10:00~11:00 OB・OG雑談会 「OB・OGを招いて 就活や仕事について 聞いてみよう」 14:00~15:30
20 先勝 休み	21 友引 休み	22 先負 株式会社 ジャスティス城東 (仕事講話) 14:00~15:30	23 仏滅 東京わかものHW 見学ツアー 10:30~12:00 ココルポート/SST 「知りたいこと (について質問する)」 14:00~16:00	24 大安 畑作業 10:00~12:00 おたより発送 14:00~16:30 こども食堂 (ボランティア) 16:00~19:00	25 赤口 PC講座 (入門編) 10:00~12:30	26 先勝 清掃体験 10:00~11:00 メルサポ 気軽に寄れる居場所 (フリースペース) 13:00~16:00
27 友引 休み	28 仏滅 休み	29 大安 休み 昭和の日	30 赤口 PC講座 (ワード・後編) 14:00~16:00 ※4/9(水)の前編とセット	5/1 先勝	5/2 友引	5/3 先負 休み 憲法記念日

## せたがや若者サポートステーション

## 三茶おしごとカフェセミナー

HPはこちら↓

### 「集中訓練2025年度・第一期」参加者募集中!

期間(予定): 5月22日(木)~7月18日(金) 対象: 15~49歳  
約2ヶ月間で就職に向けた本格的な準備を! コミュニケーション・PC講座・  
ジョブトレーニング・職場体験等、様々なプログラムを通じて、就労の  
方向性やイメージを明確化し、自信を持って就労を目指していきます。

- ◆ 履歴書のキ・ホ・ン 4/8 (火) 開催時間 10:00~11:00
- ◆ 職務経歴書のキ・ホ・ン 4/15 (火) 定員: 20名
- ◆ エゴグラム(性格診断) 4/22 (火) ※エゴグラムは28名

※ お問い合わせ: 三茶おしごとカフェ ☎03-3411-6604

