



# Zoom 就活講座

**無料講座** 予約制  
 対象年齢 **15～49歳**



現在県西サポステでは、Zoomを利用したオンライン講座を行っています。初めての方でも簡単に利用できるよう、丁寧にご説明いたします。  
 面接や企業説明会が対面からオンラインに移行している企業もあり、私達は新しい運用に対応していかなければなりません。是非これを機に、サポステをご活用下さい。

## 就活準備プログラム

これから就職活動を始める方にお勧めの講座です。就職活動の最初のステップは「自分を知ること」です。自分にあった職業はなんだろう？そもそもどんな職業があるの？社会人として知っておかなきゃいけないルールってあるのかな？そんな疑問を一緒に考えていくのが就活準備プログラムです。

おはよう講座	家族以外とのコミュニケーションの場として開催しています。朝一の「おはよう」から生活リズムを作ろう。Zoom講座に慣れるの一歩としてもご利用ください。
仕事に役立つコミュニケーション講座	就職活動や、就業時に必要なコミュニケーションってなんだろう？聴くだけでなく『参加する』講座です。あいさつ・ビジネスの報連相などポイントを学び、今日から実践、身に付ける！
興味検査から仕事をみつけよう	就職活動のスタートにお勧めしている講座です。あなたがどのような仕事に興味や関心を持っているのかをワークシートを用いて分析します。 【テキスト：職業レディネステスト】
職業適性を知ろう (GATB)	仕事をするうえで必要とされる代表的な7種の能力を測定することにより、どのような職業に適性があるかを分析していく講座です。 【テキスト：厚生労働省編一般職業適性検査 (GATB)】
働くとは？ ～未来のために 今からできること～	就職活動のスタートにお勧めしている講座です。働くイメージがつかない…。どのように働いていこうかな…。具体的に考え描いてみませんか？また、これからの時代の働き方や企業側の視点などを知り、未来の自分のために今できることを一緒に考える講座です。
折れない心の作り方	折れない心はありません、誰でも心が折れそうになることはあります。ただ、折れる前に自分で何とかすることはできます。しなやかに生きるための日常生活や考え方、物事の見方をみんなで考えてみましょう。

## 就活実践プログラム

就活準備が整ったら、いよいよ実践的な就職活動のスタートです。キャリアコンサルティングを受けながら、社会人としての知識、求人との絞込み方、履歴書の書き方、面接対策など応募に向けた力を付けていくプログラムです。

正社員？アルバイト？ 仕事選びのヒントを学ぶ 職業選択講座	適職検査をした後でも悩んでしまう職業選択。正社員orアルバイト？やりたい仕事orできる仕事？そもそも漠然として未だハッキリ決まっていない…。 仕事選びのヒントを学び、自分らしく働ける仕事について考えてみませんか？
オンライン採用面接のコツ	コロナ対策の一環として、採用面接をオンラインで実施する企業が増えています。「やったことがない、慣れていない」という方に、オンライン面接（動画面接）を行う際の注意点やコツについて、Zoomを利用してわかりやすくお伝えします。
「電話対応でテンパらない」マナー講座	求人応募で企業に電話をかける時、面接の連絡で企業から電話がかかってくる時、電話でお話するのがテンパってしどろもどろになりそう…。電話対応の基本マナー&ポイントと一緒に確認、力をつけましょう♪
40代から始めるパソコン入門講座	「パソコンを使ったことがない」「久しぶりで忘れてしまった」40代の方を対象にしています。パソコンの仕組み、マウス操作や文字入力から始めます。※来所のみ
パソコン講座 Word/Excel	ビジネスシーンで必須のWord、Excelをマスターして、仕事の現場で役立つスキルを身につけましょう。※先着6名のみ来所による受講が可能です。オンライン受講ご希望の方はお問い合わせください。
事務職はじめて講座	意外と知らない事務の仕事内容を理解し、人気のオフィスワークデビューを目指そう！コロナ禍で需要が高まる在宅勤務に求められるスキルについても学びます。
職場体験やってみよう	自分は何のぐらい仕事ができるだろうか？自分にあった職種を知りたいと考えている方、まずは「働く」を体験してみませんか？この講座では体験に協力いただける企業の情報をお伝えします。