

9月

精神・発達障害の  
ある方対象

無料セミナー

令和5年度 JPはあとふるカレッジ

答えのない就活をあなたと共に考えます



JPはあとふるカレッジとは・・・

セミナーは事前予約制（先着順）です。  
必ず事前に予約のうえ、ご参加ください。

JPはあとふるカレッジとは、障害のある方が就業力を高めるためのセミナーです。

セミナーは、障害特性や課題に応じて受講内容を選べる、「アラカルト方式」で、自分らしくスキルアップを目指すことができます。  
基本的な内容の『入門コース』と、より実践的な力を身につける『実践コース』があります。

【入門コース】 就職活動を進めるうえで基本を学ぶコース

- 初めて就職活動をされる方 ●就職活動にブランクのある方
- 課題に思っている部分を学びたい方・・・などにオススメです。

【実践コース】 就職活動の実践力を養成するコース

- 入門コースを修了された方 ●就職に向け更にレベルアップをしたい方
- 強みや得意な部分を伸ばしたい方・・・などにオススメです。

※新型コロナウイルス感染予防について※

JPはあとふるカレッジでは、アルコール消毒、教室の換気、座席間隔の確保に努めております。  
受講される方は、感染の防止にご協力ください。

日付	曜日	コース	セミナー名	時間	会場	障害	定員	内容
1	金	入門	自分も相手も大事にする コミュニケーション	15:00~16:30	京都テルサ 東館1階 第7会議室	精・発	6名	さわやかな印象を与える自己表現を学んで、コミュニケーション力をアップしましょう。
6	水	実践	【PC】ワードの基本を知ろう ～機能・操作方法の学習～	13:00~16:00 *2コマ連続	京都テルサ 東館2階 ミーティングルーム	精・発	4名	※セミナーの進行上、スムーズに文字入力・変換ができ、Windowsの基本操作のできる精神・発達障害の方が対象です。 ワードの基本である文章の編集や図形の挿入を学びましょう。 (セミナーの内容上、途中参加はできません)
7	木	入門	【PC】90分でわかるパソコン術 ～基礎編～ (注)	13:00~16:00 *2コマ連続	京都テルサ 東館2階 ミーティングルーム	精・発・知	4名	エクセルの基礎（データ形式から書式設定など）を知り、楽しく、しっかりと学びましょう。 (セミナーの内容上、途中参加はできません)
9	土	実践	【PC】90分でわかるパソコン術 ～応用編～	13:00~16:00 *2コマ連続	京都テルサ 東館2階 ミーティングルーム	精・発	4名	※セミナーの進行上、スムーズに文字入力のできる方が対象です。 エクセルの基礎（データ形式から書式設定など）から応用（表関数からデータ活用など）まで、楽しく、幅広い使い方を学びましょう。 (セミナーの内容上、途中参加はできません)
12	火	実践	自己実現のための 心理学を学ぼう	13:00~14:30	京都テルサ 東館1階 第7会議室	精・発	6名	これからの自分の人生をより豊かに生きるために知っておきたい、心理学の基礎的な理論を学びます。
		実践	アートセラピーでメンタルケア 「コラージュ療法」 (注)	15:00~16:30				精・発・知
19	火	入門	怒りのコントロール	15:00~16:30	京都テルサ 東館1階 第7会議室	精・発	6名	腹が立ったとき、相手や物に怒りをぶつけたり、我慢してもやもやしていませんか。 どんな風に怒ればいいのか学びましょう。
21	木	入門	働くときに知っておきたい マナーの話	13:00~14:30	京都テルサ 東館1階 第7会議室	精・発	6名	働くうえで大事になってくるマナー。 ビジネスマナーカードを使って、どのくらい理解できているか確認しましょう。
			持ち味について	15:00~16:30				精・発

(注) 知的障害のある方と合同実施となります。

日付	曜日	コース	セミナー名	時間	会場	障害	定員	内容
26	火	入門	精神保健福祉士と学ぶ ～怒りについて考える～	13:00~14:30	京都テルサ 東館1階 第7会議室	精・発	6名	怒った時、皆さんはどんなことを考えておられるでしょうか。 ここではどんな考えがあるのかを考えてみましょう。
			精神保健福祉士と学ぶ ～怒りの解消法～	15:00~16:30				怒りの感情を持たないようにするのは難しいですが、適切な解消方法を知ってさえいれば安心です。 ここでは解消方法のいくつかを練習してみましょう。

(注) 知的障害のある方と合同実施となります。

- ※ セミナー予約は、各セミナー開催日の前日正午までにお申し込みください。
- ※ **欠席される場合は必ず事前にご連絡ください。無断欠席をされると次回から受講できない場合がございます。**
- ※ 新型コロナウイルス対策の影響等により各セミナーは変更・中止する場合がございます。その際は予約者様へ連絡をさせていただきます。
- ※ セミナーの受講には京都ジョブパークの利用登録が必要です。お手数ですが、受講の前後に総合受付にて、登録ください。
- ※ 登録がない方は、いったん仮登録でセミナーの予約をしていただきます。

■お問合せ・お申込み先■

京都ジョブパーク はあとふるコーナー（京都市南区東九条下殿田町70 京都テルサ西館3階）

T E L : 075-682-8029 F A X : 075-682-8043

ご利用時間 月～土曜日/午前9時～午後5時（日・祝日、年末年始は休み）

JR京都駅（八条口）から徒歩15分 近鉄東寺駅・地下鉄九条駅から徒歩8分 市バス九条車庫前すぐ

