

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
●初めて就職活動をする方 ●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。

日付	曜日	コース	セミナー名	時間	会場	障害	定員	内容
13	火	入門	自分も相手も大切に コミュニケーション ～アサーション 基本編～	13:00～16:30 ※2コマ連続講座	京都テルサ 東館1階 第7会議室	精・発	6名	アサーションとは何か？ 3つの表現スタイルを学びましょう。 ※2コマ連続セミナーです。
		実践	自分も相手も大切に コミュニケーション ～アサーション 応用編～					アサーショントレーニング アサーションで円滑な人間関係を築くコツを学びましょう。 ※2コマ連続セミナーです。
16	金	入門	働くうえで必要な力 (注)	13:00～14:30	京都テルサ 東館1階 第7会議室	精・発・知	6名	働くうえで必要なことや知っている便利なことを学びましょう。
		実践	直ぐに実践できるビジネスマナー (注)	15:00～16:30	京都テルサ 東館1階 第7会議室	精・発・知	6名	就活に向けて働くうえで実践できるマナーを学びましょう。
20	火	入門	90分でわかるパソコン術 ～基本編①～ (注)	13:00～16:00 ※2コマ連続講座	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。 ※2コマ連続セミナーです。セミナーの内容上途中参加はできません。
			90分でわかるパソコン術 ～基本編②～ (注)					
21	水	入門	働くうえで知っておきたいルール①	13:00～16:30 ※2コマ連続講座	京都テルサ 東館1階 第7会議室	精・発	6名	労働に関する法律など、働くうえで知っておきたいルールを学びましょう。 ※2コマ連続セミナーです。
		実践	働くうえで知っておきたいルール②					
22	木	入門	信頼関係を築く コミュニケーション法 「上手な伝え方」	13:00～14:30	京都テルサ 東館1階 第7会議室	精・発	6名	相手を責めることなく、自分の思いを伝える手法を学びます。言いにくいことやケ ンカになりがちなことも、伝え方次第で相手の反応も変わります。
			アートセラピー「絵画療法」 ～表現して自己とつながり、 他者とつながる～ (注)	15:00～16:30	京都テルサ 東館1階 第7会議室	精・発・知	6名	クレヨンを使い、感じたものを色や線などで自由に表現します。 どんな感情、悩みもアートでは大切な資源になります。 最後に作品をシェアしながら温かな交流もしましょう。 ※絵の上手下手の評価はありません。
27	火	入門	自己理解に役立つ コミュニケーション講座	13:00～14:30	京都テルサ 東館1階 第7会議室	精・発	6名	自分のコミュニケーションのタイプを知り、強みとして意識しましょう。
			怒りの感情と上手に付き合う 方法を知っておこう	15:00～16:30	京都テルサ 東館1階 第7会議室	精・発	6名	アンガーマネジメントを知って、イラっとしたり、モヤモヤしたりといった気持ちと上手 に付き合えるようになります。

(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。
 ※ 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）

TEL：075-682-8029 FAX：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）

□JRR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

