

## 【 コミトレ 】

コミュニケーショントレーニング  
(全4回)



- 他人とうまく話せない
- 人との関わりに不安がある
- 自分のいいところが見つからない

働くための準備運動として、コミュニケーションをうまくとるための練習から始めてみませんか。  
コミュニケーションをとるのに大切な、「話し方・伝え方・聴く力」をおしゃべりや、グループ活動を通して身につけるプログラムです。  
コミトレの受講が終わったら、次はビジネスマナーを学んでみましょう。



プログラム内容(回数等)は、スタッフと相談しながらあなたに合わせて進めていきます。

## 【 ビジネスマナー 】

(全2回)

- 職場での応対に不安がある
- 電話の応対が苦手
- 就職する前に自信をつけたい

仕事に就くうえで必要になる“挨拶・身だしなみ・名刺交換・電話応対”などの基本を学びます。  
ビジネスマナーは自己流でやってきた、という方も再確認することで、さらに自信をつけることができます。  
苦手意識を持つ方も多い、電話応対では実践練習をすることで、不安要素をなくすことができます。



日にち

・4/2～ ・6/4～ ・7/30～ ・10/1～ ・12/3～ ・2/4～

※いずれも木曜日

時間

13:30 ~ 15:00

参加費

無料

会場

上越市福祉交流プラザ2F 相談室11

申込み

事前の申込みが必要です。サポステまでご連絡ください。

お申込み・お問合せはコチラまで ↓



# 上越サポステ

☎ 025-524-3185

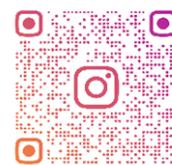
〒943-0892 新潟県上越市寺町2-20-1 上越市福祉交流プラザ2F

✉ info@j-saposute.jp

日程などは  
コチラで  
確認できます！



ホームページ



Instagram