

あかし若者サポートステーション

サポステ通信

11
月号

相談・セミナー予約受付中 **あかし** サテライト(加古川)
078-915-0677 079-423-2355

サポステってなに？

15~49歳までの働きたい方を対象に、
個別相談・講座・職場体験などを組み合わせながら、働くための準備をお手伝いする
場所です。(利用無料)

相談申込はコチラから

Googleフォーム



利用の流れ

受付 相談予約

説明 登録 初回相談

講座 セミナー

個別相談 ※オンライン相談も実施

職場体験・職場見学

こんな活動をしています

毎月 **サポステ説明会** 開催中!

● 自分を知る ● 仕事を知る ● スキルをつける ● 働き続ける

- 個別相談
- セミナー
- 職場見学・体験
- ボランティア
- 各種講座
- 面接対策
- 応募書類添削
- 個別相談
- ステップアップセミナー

出張相談も実施しています!

地域	日時	場所	住所
西脇市 多可町	11月2日(木)/16日(木) 13:00~15:50	茜が丘複合施設・みらいえ ワークルーム	西脇市野村町茜が丘 16-1
加西市	11月7日(火)/21日(火) 13:00~15:50	アステシアかさい3F 地域交流センターワークルーム	加西市北条町北条 28-1
小野市	11月2日(木)/16日(木) 13:00~15:50	伝統産業会館 技術指導室(2日) コミュニティセンターおの102号室(16日)	小野市王子町806-1 小野市王子町801
高砂市	11月14日(火)/28日(火) 13:00~15:50	ふれあいの郷 生石研修センター	高砂市阿弥陀町生石 61-2
播磨町	11月10日(金) 13:00~15:50	播磨町福祉会館2F 相談室	加古郡播磨町宮北 1-3-5
明石市(市役所)	11月13日(月) 13:00~15:50	明石市役所内2F 市民相談室	明石市中崎1丁目5-1
明石市(大久保)	11月27日(月) 13:00~15:50	大久保市民センター2F 第3会議室	明石市大久保町大窪 612-1
淡路市	11月8日(水) 13:00~15:50	淡路市役所内会議室	淡路市生穂新島8
洲本市	11月8日(水)/22日(水) 13:00~15:50	ハローワーク洲本 1F相談室	洲本市塩屋2丁目4-5 (兵庫県洲本総合庁舎1F)
南あわじ市	11月22日(水) 13:00~15:50	南あわじ市役所内相談室	南あわじ市市善光寺 22-1

2023年11月のスケジュール

ああかし サテライト 出張相談 オンライン

月	火	水	木	金	土
※災害や感染症等の緊急時は延期や中止となる場合があります。その場合はあかしサポステHPにてお知らせいたします。		1 就職氷河期世代活躍支援セミナー「印象アップ! 就活マナー講座」★	2 小野市&西脇市出張相談	3 閉所	4 ああかし開所
6	7 加西市出張相談	8 淡路市&洲本市出張相談 プチボラ	9	10 就職等自立支援セミナー「科学的なモチベーションアップ術」★ サポステ説明会 播磨町出張相談	11 サテライト開所
13 明石市役所出張相談	14 高砂市出張相談 働くカアップセミナー「感情的にならないアンガーマネジメント」★	15	16 小野市&西脇市出張相談	17	18 ああかし開所
20 PC講座【Word基礎】	21 加西市出張相談	22 南あわじ市&洲本市出張相談 働くための身体づくり	23 閉所	24 就職意識啓発セミナー「やさしい自己理解セミナー」～自分を知らう～★	25 サテライト開所
27 大久保(明石市)出張相談 PC講座【Excel基礎】	28 高砂市出張相談	29	30	※セミナー参加をご希望の方は、相談時・電話・メールで事前にご予約いただきますよう、お願いいたします。	

★マークのセミナーはサポステ未登録の方もご参加頂けます!

就職氷河期世代活躍支援セミナー「印象アップ! 就活マナー講座」★
1日(水)14:00~16:00
in ウイズあかし

身だしなみ、挨拶、書類作成や電話のマナーなど、就職活動に必要なマナーについて基本から学び、印象アップを目指しましょう。

プチボラ(封入作業)
8日(水)9:30~11:30
あかし

チラシの封入作業と一緒にしませんか? 普段しない作業を通して意外な長所が発見できるかもしれません。

播磨町就職等自立支援セミナー「科学的なモチベーションアップ術」★
10日(金)10:00~12:00
in 播磨町福祉会館

やる気が続かない、低下してきたような気がするな~。根性に頼らず、科学的にモチベーションアップする方法を学んで毎日楽しく過ごすことを考えましょう。

サポステ説明会
10日(金)14:00~14:30
サテライト

サポステの施設を見学しながら、どんな支援が受けられるかをご説明いたします。利用を迷われている方や、興味がある方は、お気軽にご参加ください。

働くカアップセミナー「感情的にならないアンガーマネジメント」★
14日(火)10:00~12:00
in 生石研修センター

感情的になってイライラして反省したことはありませんか。怒りは、身近な感情であり、無くすることができない大切な感情です。自分の怒りに振り回されず上手に付き合うコツについて学びます。

PC講座【Word基礎】
20日(月)13:30~16:30
サテライト

PC経験が少なく不安を感じる方はWordの基礎から学んでいきましょう。Wordは就職活動や職場など、様々な場面で活用できます。

働くための身体づくり
22日(水)9:30~11:50
in 明石市勤労福祉会館

働く前の準備のために、まずは自分でできる健康づくりから始めましょう。自分の今の心と身体を確認し、いい汗かいてみんなでリフレッシュしましょう。

持ち物: 上履き、動きやすい服装、タオル、飲み物

就職意識啓発セミナー「やさしい自己理解セミナー」～自分を知らう～★
24日(金)14:00~16:00
in ウイズあかし

性格診断テストやグループワークを通じて、自分の性格・価値観を知り、自分に合った働き方を見つけましょう。

PC講座【Excel基礎】
27日(月)13:30~16:30
サテライト

ビジネスの視点からExcelの基本を学びます。PCの経験を増やしたい方、是非ご参加ください。Excelは表やグラフ作成など様々な場面で活用できます。

お問い合わせ先

あかし若者サポートステーション

〒673-0882 明石市相生町2丁目6-5 38ヤングビル5階
(明石駅から徒歩10分 勤労福祉会館のはす向かい)
TEL. 078-915-0677 第2,4,5土・日・祝・年末年始休み

サテライト播磨

〒673-0064 加古川市加古川町溝之口755 安本ビル4階北号室
(加古川駅より徒歩3分)
TEL. 079-423-2355 第1,3,5土・日・祝・年末年始休み

✉メールでのお問い合わせ wakamono@sust-harima.org ホームページ <http://sust-harima.org>

※厚生労働省からの委託を受けて「一般社団法人ひょうご若者自立支援センター」が運営しています

2023.10