

今の自分を超えていこう

ちから
サポステ 働く力アップ
セミナー

参加費
無料

※1回のみ受講もできます

1 1月9日(火) 10:00~12:00

ピンチをチャンスに変える
リフレーミング思考

物の見方・視点(フレーム)を変えることをリフレーミングといいます。出来事自体は変わらなくても自分のフレームを変えると受け止め方が変わります。問題や悩みの背景にある発想を転換し、よりよい自分に向かう一歩を踏み出しましょう。

2 2月13日(火) 10:00~12:00

面接が苦手な人のための
面接力向上セミナー

企業の採用担当者が面接でチェックしているポイントを知り、受け答えのコツや就活マナーについて実践的に学ぶことで、面接力を向上させましょう！

3 3月9日(土) 13:00~15:00

サポステ家族セミナー
家族支援セミナー

～自立に向けて家族だからできること～

立ち止まる理由はさまざまですが、動き出すきっかけは家族の関わりがとて大きいと考えます。子を理解し、日常の中から家族だからできることを一緒に考えていくセミナーです。

対象者 **どなたでも** ※③は保護者も対象です

就労意欲はあるが、どのように就職活動をすればよいのかわからない方、自信がない方、ブランクのある方

定員 各**18名** ※登録者以外も参加可能
(申し込み先着順)

場所 **ふれあいの郷 生石研修センター**

高砂市阿弥陀町生石6 1-2
※裏面に地図・アクセス方法 記載

申し込み方法 **下記の電話・FAX・メール**

FAXの場合は、裏面の申込み用紙に、参加される講座名・参加される方の氏名・年齢・住所・電話番号をご記入の上送信ください

個別相談実施

予約優先制ですので、事前にお電話にてお申し込みください

① ②は午後から 時間 13:00~13:50 14:00~14:50 15:00~15:50 ※1回50分間の個別相談となります

③はセミナー後 時間 15:15~16:00 ※1回20分間の個別相談となります

【お申し込み先】 **あかし若者サポートステーション**

☎ 078-915-0677 FAX 078-915-0678 ✉ wakamono@sust-harima.org



サポステ 働く力 アップセミナー

参加申込み用紙

FAX : 078-915-0678

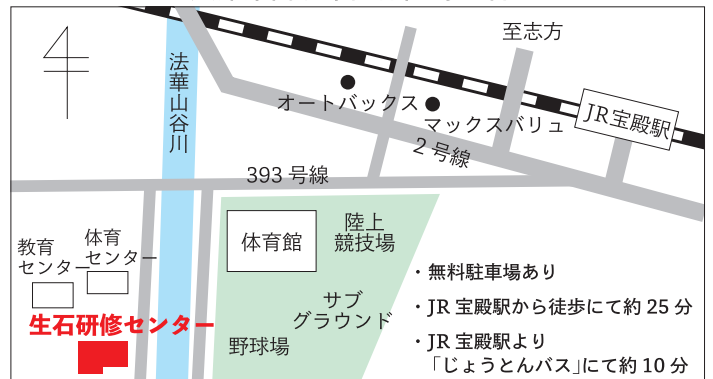
(あかし若者サポートステーション 行き)

参加の講座	<input checked="" type="checkbox"/> 参加希望のセミナーにチェックをお願いします	時間は①10:00~12:00 ③13:00~15:00
	<input type="checkbox"/> ①ピンチをチャンスに変えるリフレーミング思考	1月9日(火)
	<input type="checkbox"/> ②面接が苦手な人のための面接力向上セミナー	2月13日(火)
	<input type="checkbox"/> ③家族支援セミナー ~自立に向けて家族だからできること~	3月9日(土)
氏名・年齢	(ふりがな)	年齢 歳
住所	市 区(町)	
TEL	* 日中連絡のつく電話番号 ()	—
個別相談	希望する・希望しない	
* セミナー内で聞いてみたいことなどがあればご記入下さい		

※講座の内容・定員は表面をご覧ください
 ※個人情報は本セミナー以外で使用することはありません
 ※FAXにてお申込みいただいた方には、受付後お電話でご連絡いたします

開催場所へのアクセス

さと おおしこ
ふれあいの郷 生石研修センター
 〒676-0823 兵庫県高砂市阿弥陀町生石 61-2



～感染対策に関するお願い～

- ① 会場ではマスクの常時着用をお願いいたします
- ② 入場時の検温を実施いたします (非接触の体温計を用意しています)
- ③ 検温の結果、37.5度以上の場合、参加をご遠慮いただくことがあります
- ④ ソーシャルディスタンスを確保できる会場設営をいたします
- ⑤ 新型コロナウイルスをめぐる状況により、中止する場合があります。その場合 HP でお知らせしますので随時ご確認ください

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 勤労福祉会館のはず向かい)
 TEL.078-915-0677 第2、4、5土・日・祝・年末年始休み

サテライト播磨

〒675-0064 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



wakamono@sust-harima.org



http://sust-harima.org

あかしサポステ

検索

主催：一般財団法人高砂市勤労福祉財団、あかし若者サポートステーション

あかし若者サポートステーションは、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

2023.11