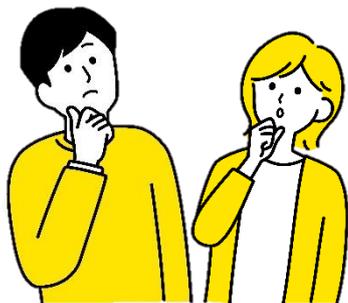


サポステ通信

3
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



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

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	3月7日(木)/21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	3月5日(火)/19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	3月7日(木)/21日(木) 13:00~15:50	伝統産業会館 技術指導室	小野市王子町806-1
高砂市	3月12日(火)/26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	3月8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)	3月11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)	3月25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	3月13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	3月13日(水)/27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	3月27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

2024年3月のスケジュール

ああかし サテライト 出張相談

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。 ※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。				1	2 あ あかし開所
4	5 加西市 出張相談	6 あ アンガーコントロール 講座 9:30~11:30	7 小野市&西脇市 出張相談	8 あ プチボラ 9:30~11:30 播磨町出張相談	9 高砂 動くカアアップセミナー 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~★ サテライト開所
11 明石市役所 出張相談	12 高砂市 出張相談	13 淡路市& 洲本市 出張相談	14 サ 人生すごろく 金の系 9:30~11:30	15 サ サポステ説明会★ 14:00~14:30	16 あ あかし開所
18 サ PC講座 【Word基礎】 13:30~16:30	19 加西市 出張相談	20 閉所	21 小野市&西脇市 出張相談	22 勤労 1day 面接対策セミナー 13:30~16:30	23 サテライト開所
25 サ PC講座 【Excel基礎】 13:30~16:30 大久保 (明石市) 出張相談	26 高砂市 出張相談	27 南あわじ市& 洲本市 出張相談	28	29	30 閉所

★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！

あ アンガーコントロール講座
6日(水)9:30~11:30
あかし

感情的になってイライラして反省したことはありますか。怒りは、身近な感情であり、無くす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。

あ プチボラ(封入作業)
8日(金)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。

高砂 動くカアアップセミナー
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~★

9日(土)13:00~15:00
生石研修センター

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も大きいと考えます。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。

サ 人生すごろく 金の系
14日(木)9:30~11:30
サテライト

学生時代の経験を一つ一つ語る中からそれらの経験を繋ぐ「つながり」すなわち「自分らしさ」がみえてきます。その繋がりを糸にたとえて「金の糸」と呼びます。金の糸は就職先を決める時、重要な手掛かりになるでしょう。あなたも自分の金の糸を見つけに来ませんか？

サ サポステ説明会★
15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。

サ PC講座【Word基礎】
18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。

勤労 1day面接対策セミナー
22日(金)13:30~16:30
明石市立勤労福祉会館

就職活動の中で一番不安なことは「面接」だという方も多いと思います。この講座では、就職活動のポイントを実践的に学んだうえで、面接力を向上させるコツをお伝えします。

サ PC講座【Excel基礎】
25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

2024.2