

# サポステ通信

8  
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	8月1日(木)/15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	8月6日(火)/20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	8月1日(木)/15日(木) 13:00~15:50	伝統産業会館 第3研修室	小野市王子町806-1
高砂市	8月13日(火)/27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	8月9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)	今月は実施いたしません	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)	8月26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	8月14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	8月14日(水)/28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	8月28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8月のスケジュール

あ あかし サ サテライト 出 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 小野市&西脇市 出張相談	2	3 あ あかし開所
5	6 加西市 出張相談	7	8 サ プチボラ 9:30~11:30	9 播磨町 出張相談 EQ ~こころの知能指数の 活かし方~★	10 サ サテライト開所
12 閉所	13 閉所 高砂市 出張相談	14 閉所 淡路市& 洲本市 出張相談	15 閉所 小野市&西脇市 出張相談	16	17 あ あかし開所
19 あ サポステ説明会★ 14:00~14:30	20 加西市 出張相談	21 就職氷河期世代 活躍支援セミナー レジリエンスを 高めよう!★	22	23 あ PC講座 【Word基礎】 13:30~16:30	24 サ サテライト開所
26 あ PC講座 【Excel基礎】 13:30~16:30 大久保(明石市) 出張相談	27 高砂市 出張相談	28 南あわじ市& 洲本市 出張相談	29	30	31 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!

## サ プチボラ(封入作業)

8日(木)9:30~11:30  
サテライト

チラシの封入作業を一緒にしませんか? 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。

## EQ~こころの知能指数の活かし方~★

9日(金)10:00~12:00  
播磨町福祉会館

自分の感情をコントロールし、他者の感情を読み取ることができればより良い人間関係が生まれます。そのためには、脳のしくみから情動のメカニズムを理解し、職場において適切な対処を学びます。

## あ サポステ説明会★

19日(月)14:00~14:30  
あかし

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。

## レジリエンスを高めよう!

~困難をしなやかに乗り越え回復する力~★

21日(水)14:00~16:00  
ウイズあかし

レジリエンス(立ち直り力)は誰でも持っている力です。ビジネスの現場でも注目されているこのレジリエンスを高める方法を学びます。

## あ PC講座【Word基礎】

23日(金)13:30~16:30  
あかし

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。

## あ PC講座【Excel基礎】

26日(月)13:30~16:30  
あかし

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

2024.7