

【重要なお知らせ】

5/7(火)10:00より3階にリニューアルオープンします！

<初めての方> まずは初回相談をご予約ください。

<各セミナー> カウンセラーを通しての予約制。見学可  
各回2時間(ガイダンスは1時間)、4~8名。

## 5月 セミナースケジュール

※変更の可能性があります。適宜ご確認ください。

ふくやま地域若者サポートステーション  
福山市西町1-1-1 エフビコRiM3F  
TEL)084-959-2348  
WEB)https://fukuyama-sapo.org



日	月	火	水	木	金	土		
<ゴールデンウィーク> 下記期間をお休みとさせていただきます。 【期間】 4/29(月)~5/6(月) ※5月の開所は「5/7(火)10:00~」			1 天皇即位の日	2 国民の休日	3 憲法記念日	4 みどりの日		
			5 こどもの日	6 振替休日	7 11:30~12:30 セミナー ガイダンス	8 10:30~12:30 【A】 社会人としての心構え	9 14:30~16:30 【B】 話し方の基本 ※1分間スピーチワー クショップを含む	10 10:30~12:30 適職診断Day ※要予約
12	13 10:30~12:30 【A】 認知療法(前半) 考え方の幅を広げよう	14 14:30~15:30 セミナー ガイダンス	15 10:30~12:30 【A】★ 経済的自立 シミュレーション	16 14:30~16:30 【B】 自己理解を深める (強みを見つける) ※仕事力発見 ワークショップを含む	17 10:30~12:30 適職診断Day ※要予約	18 14:30~16:30 【A】★ 自己理解を深める (キャリアストーリー)	19 14:30~16:30 【B】★ 自己理解を深める (ライフロール)	20 13:30~15:30 卒業生交流会
19	20 10:30~12:30 【A】 認知療法(後半) 行動で試してみよう	21 14:30~15:30 セミナー ガイダンス	22 10:30~12:30 【AB共通】 PC講座 Excelの基本①	23 14:30~16:30 【B】★ 目標マップを作るう (前半)	24 10:30~12:30 適職診断Day ※要予約	25 10:30~12:30 【A】 自信回復・自分らしさを 発見しよう(前半)	26 14:30~16:30 【C】★ 応募書類の書き方 (志望動機)	
26	27 11:30~12:30 セミナー ガイダンス	28 14:30~16:30 【C】 仕事の基礎 指示とハウレンソウ	29 10:30~12:30 【AB共通】 PC講座 Excelの基本②	30 14:30~16:30 【B】★ 目標マップを作るう (後半)	31 10:30~12:30 【A】 自信回復・自分らしさを 発見しよう(後半)	32 14:30~16:30 適職診断Day ※要予約	33 14:30~16:30 【C】★ 応募書類の書き方 (自己PR)	

【相談・キャリアカウンセリング】 月~金 10:00~18:00

【セミナー】 (午前)10:30~12:30、(午後)14:30~16:30

【自習・交流スペース】 水~金12:30~14:30

【事前課題】 ★印がついているものは、事前課題のあるセミナーです。  
該当するセミナー受講前日までに、課題の「確認」と「実施」をお願いします。  
※事前課題資料はサポステ内のラックに常設しています。

【休み】 土日、祝日、その他

【ハローワーク出張相談】 5月の予定は下記の通りです。

※要予約(各ハローワーク、またはふくやまサポステまで)

- ・ハローワーク福山 5/14、28 13:00~15:00(第2・第4火曜)
- ・ハローワーク三原 5/15 10:00~12:00(第3水曜)
- ・ハローワーク尾道 5/15 14:00~17:00(第3水曜)
- ・ハローワーク府中 5/16 10:00~12:00(第3木曜)