

<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、4～8名(ガイダンスは1時間)。

## 9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 エフピコRiM3F  
TEL)084-959-2348  
WEB)https://fukuyama-sapo.org



| 日  | 月                                    | 火  | 水                                    | 木                          | 金   | 土                          |                              |
|----|--------------------------------------|--|--------------------------------------|----------------------------|---|----------------------------|------------------------------|
| 1  | 2                                    | 3  | 4                                    | 5                          | 6   | 7                          |                              |
| /  | 10:30~12:30<br>14:30~16:30           | 14:30~16:30  | 休館日                                  | 11:30~12:30                | 10:30~12:30<br>14:30~16:30                        | /                          |                              |
|    | 【AB共通】<br>PC講座<br>Excelの基礎           | 【A】<br>認知療法(前半)<br>考え方の幅を広げよう  |                                      | セミナー<br>ガイダンス              | 【B】<br>自己理解を深める<br>(強みを見つける)<br>※仕事力発見<br>ワークショップ |                            | 適職診断Day<br>※要予約              |
| 8  | 9                                    | 10   | 11                                   | 12                         | 13  | 14                         |                              |
| /  | 10:30~12:30<br>14:30~16:30           | 10:30~12:30  | 11:30~12:30                          | 10:30~12:30                | 14:30~16:30                                       | 13:30~15:30                |                              |
|    | 【AB共通】<br>PC講座<br>Excelの基礎           | 【A】<br>認知療法(後半)<br>行動で試してみよう   | セミナー<br>ガイダンス                        | 【B】<br>知っておきたい<br>労働知識     | 【A】★<br>自己理解を深める<br>(キャリアストーリー)                   | 卒業生交流会                     |                              |
| 15 | 16                                   | 17   | 18                                   | 19                         | 20  | 21                         |                              |
| /  | 敬老の日                                 | 10:30~12:30  | 11:30~12:30                          | 10:30~12:30<br>14:30~16:30 | 10:30~12:30                                       | /                          |                              |
|    |                                      | 【A】<br>自信回復・自分らしさ<br>を発見しよう(前半)  | セミナー<br>ガイダンス                        | 適職診断Day<br>※要予約            | 【A】<br>応募先選択前に!<br>就活の流れと<br>基礎知識                 |                            | 【B】★<br>自己理解を深める<br>(ライフロール) |
| 22 | 23                                   | 24   | 25                                   | 26                         | 27  | 28                         |                              |
| /  | 秋分の日                                 | 10:30~12:30  | 10:30~12:30                          | 11:30~12:30                | ※13:30~16:45                                      | 10:30~12:30<br>14:30~16:30 |                              |
|    |                                      | 【A】<br>自信回復・自分らしさ<br>を発見しよう(後半)  | 【B】<br>話し方の基本<br>※1分間スピーチ<br>ワークショップ | セミナー<br>ガイダンス              | 【特別】<br>ホンキの就職<br>1Day                            | 【C】★<br>応募書類の書き方<br>(志望動機) | 適職診断Day<br>※要予約              |
| 29 | 30                                   | <b>【特別】ホンキの就職1Day</b> ~面接力の向上を通じて、就職活動に対する自信をつける~<br>9月26日(木) 13:30~16:45 (3時間程度、途中休憩有り)<br>※開始5分前までに、お越しください。 |                                      |                            |   |                            | /                            |
| /  | 10:30~12:30                          |  |                                      |                            |   |                            |                              |
|    | 【C】<br>応募の練習<br>電話・書類の<br>応募シミュレーション |  |                                      |                            |   |                            |                              |

【相談・キャリアカウンセリング】 月～金 10:00～18:00 ※要予約

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

※予約が4名未満の場合、中止となることがあります。中止の場合は、事前に個別連絡します。

【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。※資料はサポステ内のラックに常設。

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。

【休み】 土日、祝日、その他

【ハローワーク出張相談】 9月の予定は下記の通りです。

※要予約(ハローワーク各所、またはふくやまサポステまで)

・ハローワーク福山(084-923-8609) 9/10、24(火) 13:00～15:00

・ハローワーク三原(0848-64-8609) 9/18(水) 10:00～12:00

・ハローワーク尾道(0848-23-8609) 9/18(水) 14:00～17:00

・ハローワーク府中(0847-43-8609) 9/26(木) 10:00～12:00