

<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)。

# 1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		
【年末年始休み】 12/28(土) ~ 1/5(日) ※新年は1/6(月)より開所します。			1 元日	2	3	4		
5	6	7	8	9	10	11		
	14:30~16:30	10:30~12:30	14:30~15:30	10:30~12:30	10:30~12:30	14:30~16:30		
	【C】 働ける心を作る	【A】 認知療法(前半) 考え方の幅を広げよう	セミナー ガイダンス	適職診断Day ※要予約	【AB共通】 PC講座 Wordでビジネス文書作成①	【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	卒業生 交流会	
12	13	14	15	16	17	18		
	成人の日	10:30~12:30	14:30~15:30	10:30~12:30	14:30~16:30	10:30~12:30	14:30~16:30	
		【A】 認知療法(後半) 行動で試してみよう	セミナー ガイダンス	【C】 応募の練習 電話・書類の 応募シミュレーション	適職診断Day ※要予約	【AB共通】 PC講座 Wordでビジネス文書作成②	【A】 応募先選択前に！ 就活の流れと基礎知識	【B】★ 自己理解を深める (ライフラインチャート)
19	20	21	22	23	24	25		
	10:30~12:30	14:30~16:30	14:30~16:30	11:30~12:30	10:30~12:30	14:30~16:30		
	【A】★ 自己理解を深める (キャリアストーリー)	適職診断Day ※要予約	【A】 自信回復・自分らしさ を発見しよう(前半)	セミナー ガイダンス	【B】 知っておきたい 労働知識	【C】★ 応募書類の書き方 (自己PR)		
26	27	28	29	30	31			
	10:30~12:30	11:30~12:30	14:30~16:30	14:30~16:30	10:30~12:30	14:30~16:30		
	【A】 社会人としての心構え	セミナー ガイダンス	【A】 自信回復・自分らしさ を発見しよう(後半)	適職診断Day ※要予約	【B】 話し方の基本 ※1分間スピーチ ワークショップ	【C】 面接練習(前半) 身だしなみ・入室等 ※スーツ着用	【C】★ 面接練習(後半) 話し方・質疑応答 ※スーツ着用	

【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】 1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) 1/14(火)、28(火) 13:00～15:00  
・ハローワーク三原(0848-64-8609) 1/15(水) 10:00～12:00  
・ハローワーク尾道(0848-23-8609) 1/15(水) 14:00～17:00  
・ハローワーク府中(0847-43-8609) 1/23(木) 10:00～12:00