

<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、4～6名(ガイダンスは1時間)

10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
福山市霞町1-8-15 霞町ビル2階
TEL)084-959-2348
WEB)https://fukuyama-sapo.org



日	月	火	水	木	金	土		
				1	2	3		
	※「3密」を避けるため、通常よりも少人数で開催しています。早めにご予約ください。 ※ 持ち物 筆記用具 マスク(マスク代用品) ※ セミナー開始時刻10分前から受付を始めます。			10:00～12:00 【A】 認知療法(前半) 考え方の幅を広げよう		13:30～15:30 【AB共通】 PC講座 Wordでビジネス文書 作成①		
4	5	6	7	8	9	10		
	10:00～12:00 【B】 話し方の基本 ※1分間スピーチ ワークショップ	13:30～15:30 【A】 悩みを共有してみよう (匿名式)	13:30～15:30 【B】 職業理解を深める	10:00～12:00 【A】 認知療法(後半) 行動で試してみよう	13:30～14:30 セミナー ガイダンス	13:30～15:30 【AB共通】 PC講座 Wordでビジネス文書 作成②		
11	12	13	14	15	16	17		
		15:00～17:30 適職診断Day ※要予約	13:30～15:30 【B】 自己理解を深める (価値観を見つける)	10:00～12:00 【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		13:30～15:30 【AB共通】 PC講座 Wordでビジネス文書 作成③	卒業生 交流会	
18	19	20	21	22	23	24		
	13:30～15:30 【C】★ 応募書類の書き方 (志望動機)	10:00～12:00 【B】★ 目標マップを作ろう (前半)	13:30～14:30 セミナー ガイダンス	13:30～15:30 【B】★ 自己理解を深める (ライフラインチャート)	10:00～12:00 【AB共通】 PC講座 PowerPointの基礎 ①	13:30～15:30 【A】 自信回復・自分らしさ を発見しよう(前半)		
25	26	27	28	29	30	31		
	10:00～12:00 【B】★ 自己理解を深める (キャリアストーリー)	10:00～12:00 【B】★ 目標マップを作ろう (後半)	15:00～17:30 適職診断Day ※要予約		10:00～12:00 【C】 面接練習(前半) 身だしなみ・入室等 ※スーツ着用	13:30～15:30 【C】★ 面接練習(後半) 話し方・質疑応答 ※スーツ着用	10:00～12:00 【AB共通】 PC講座 PowerPointの基礎 ②	13:30～15:30 【A】 自信回復・自分らしさ を発見しよう(後半)

【相談・キャリアカウンセリング】 月～金、10:00～17:00 ※要予約

【セミナー】(午前)10:00～12:00、(午後)13:30～15:30

※予約が3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】 受講前日までに必ず実施してください。

★印がついているセミナーのみ。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】 10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) 10/13(火)、27(火) 13:00～15:00

・ハローワーク尾道(0848-23-8609) 10/14(水) 13:00～15:00

・ハローワーク三原(0848-64-8609) 10/21(水) 10:00～12:00

・ハローワーク府中(0847-43-8609) 10/22(木) 10:00～12:00