

<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)

# 12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	4	5		
6	7	10:00~12:00 【B】★ 目標マップを作ろう (前半)			10:00~12:00 【A】 認知療法(前半) 考え方の幅を広げよう	13:30~14:30 セミナー ガイダンス		
13	14	13:30~15:30 【C】 仕事の基礎① 指示とノウハウソウ	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	13:30~14:30 セミナー ガイダンス	10:00~12:00 【A】 認知療法(後半) 行動で試してみよう	13:30~15:30 【B】 自己理解を深める (価値観を見つける)	
20	21	13:30~15:30 【A】★ 経済的自立 シミュレーション	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 【AB共通】 PC講座 Wordでビジネス文書 作成①	10:00~12:00 【C】 仕事の基礎② 実践トレーニング (質問力を身につける)	13:30~15:30 【A】 自信回復・自分らしさ を発見しよう(前半)	
27	28	10:30-12:00 卒業生 交流会	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	10:00~12:00 【B】★ 自己理解を深める (キャリアストーリー)	15:00~17:30 適職診断Day ※要予約	13:30~15:30 【AB共通】 PC講座 Wordでビジネス文書 作成②	13:30~15:30 【C】★ 応募書類の書き方 (志望動機)	13:30~15:30 【A】 自信回復・自分らしさ を発見しよう(後半)

【年末年始休み】 12/26(土) ~ 1/3(日) ※年明けの開所は1/4(月)10:00から

【卒業生交流会】 12月の交流会は、12/20(日) 10:30~12:00 に開催します。

【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】 12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) 12/8(火)、22(火) 13:00～15:00

・ハローワーク尾道(0848-23-8609) 12/9(水) 13:00～15:00

・ハローワーク三原(0848-64-8609) 12/16(水) 10:00～12:00

・ハローワーク府中(0847-43-8609) 12/24(木) 10:00～12:00