

<初めての方> まずは初回相談をご予約ください。
サポステの利用は登録が必要です。

<各セミナー> カウンセラーを通しての予約制。見学可
感染症対策のため、人数を制限して開催します。

3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
		11:00~12:00			10:00~12:00	13:30~15:30
		セミナー ガイダンス	相談のみ	相談のみ	相談のみ	相談のみ
					【AB共通】 PC講座 PowerPointの基礎 ①	相談のみ
						【特別】 ボランティア体験 チラシ作り
6	7	8	9	10	11	12
	13:30~15:30	10:00~12:00	10:00~12:00		13:30~15:30	
	相談のみ	【B】★ 経験から自分らしい 生き方を考える (ライフラインチャート)	【A】 認知療法(前半) 考え方の幅を広げよう	相談のみ	【AB共通】 PC講座 PowerPointの基礎 ②	相談のみ
					【特別】 ボランティア体験 チラシ作り	相談のみ
13	14	15	16	17	18	19
	13:30~15:30	10:00~12:00	10:00~12:00	11:00~12:00	10:00~12:00	
	相談のみ	【C】 仕事の基礎① 指示とホウレンソウ	【A】 認知療法(後半) 行動で試してみよう	相談のみ	適職診断Day ※要予約	セミナー ガイダンス
					相談のみ	【B】 話し方の基本 ※1分間スピーチ ワークショップ
						相談のみ
20	21	22	23	24	25	26
	春分の日	10:00~12:00		13:30~15:30	10:00~12:00	13:30~15:30
		【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	相談のみ	相談のみ	【A】★ 経済的自立 シミュレーション	適職診断Day ※要予約
					相談のみ	相談のみ
						【C】 働ける心を作る
27	28	29	30	31		
	13:30~15:30	10:00~12:00		13:30~15:30		
	相談のみ	【A】 社会人としての 基礎知識	【C】 仕事の基礎② 実践トレーニング (質問力を身につける)	相談のみ	相談のみ	【C】★ 面接練習(後半) 話し方・質疑応答 ※スーツ着用
					相談のみ	相談のみ

【相談・キャリアカウンセリング】 月～金、10:00～17:00 ※要予約、オンライン相談も随時受付中！

【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】 3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) 3/8(火)、22(火) 13:00～15:00

・ハローワーク尾道(0848-23-8609) 3/9(水) 13:00～15:00

・ハローワーク三原(0848-64-8609) 3/16(水) 10:00～12:00

・ハローワーク府中(0847-43-8609) 3/24(木) 10:00～12:00