

<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。

## 5月 セミナースケジュール

※変更の可能性あります。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		
	相談のみ	相談のみ	憲法記念日	みどりの日	こどもの日	相談のみ		
8	9	10	11	12	13	14		
	相談のみ	相談のみ	10:00~12:00 【A】 応募先選択前に！ 就活の流れと基礎知識	相談のみ	相談のみ	13:30~15:30 【A】★ 経済的自立 シミュレーション	相談のみ	
15	16	17	18	19	20	21		
	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 PowerPointの基礎①	10:00~12:00 【C】 仕事の基礎① 指示とホウレンソウ	13:30~15:30 【B】 職業理解を深める	相談のみ	13:30~14:30 【A】★ 適職診断Day ※要予約	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	相談のみ
22	23	24	25	26	27	28		
	10:00~12:00 【A】 認知療法(後半) 行動で試してみよう	13:30~15:30 【AB共通】 PC講座 PowerPointの基礎②	相談のみ	13:30~15:30 【B】 話し方の基本 ※1分間スピーチ ワークショップ	10:00~12:00 適職診断Day ※要予約	13:30~15:30 【C】★ 応募書類の書き方 (自己PR)	13:30~14:30 サポステ ガイダンス	10:00~12:00 【A】 自分らしさを発見しよう(前半) リフレーミング ワークショップ
29	30	31						
	相談のみ	13:30~15:30 【A】 社会人としての 基礎知識	相談のみ	13:30~15:30 【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、10:00～17:00 ※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】 5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)	5月10日(火)、24日(火) 13:00～15:00
・ハローワーク尾道(0848-23-8609)	5月11日(水) 13:00～15:00
・ハローワーク三原(0848-64-8609)	5月25日(水) 10:00～12:00
・ハローワーク府中(0847-43-8609)	5月26日(木) 10:00～12:00