

<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。

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
(15～49歳の若者就労支援)
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				
年始は 1/5(金)10時から通常通り開所します ☆ 新しい年の始まり ☆ 皆さんが進めたいこと、それぞれの一步はどんなことでしょうか！										
7	8	9	10	11	12	13				
成人の日		相談のみ	相談のみ	相談のみ	13:30～15:30 【C】 働ける心を作る	10:00～12:00 【B】★ 自己理解を深める (キャリアストーリー)	13:30～15:30 【A】★ 経済的自立 シミュレーション	相談のみ	13:30-15:30 ボランティア作業 (食糧の袋詰め)	
14	15	16	17	18	19	20				
10:00～12:00 適職診断Day ※要予約	13:30～15:30 【A】 認知療法(前半) 考え方の幅を広げよう	相談のみ	サポステ ガイダンス	相談のみ	13:30～14:30 【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	相談のみ	13:30～15:30 【C】★ 面接練習 話し方・質疑応答	10:00～12:00 【定着・ステップ】 お仕事座談会 ※要予約
21	22	23	24	25	26	27				
相談のみ	13:30～15:30 【A】 認知療法(後半) 行動で試してみよう	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	相談のみ	相談のみ	13:30～15:30 【AB共通】 PC講座 Excelの基礎①	相談のみ	13:30～15:30 【C】★ 履歴書の書き方 (自己PR)	相談のみ	13:30～14:30 サポステ ガイダンス	
28	29	30	31	《 仕事でも活かせるスキル Memo 》						
10:00～12:00 適職診断Day ※要予約	13:30～15:30 【B】 知っておきたい 労働知識	相談のみ	13:30～15:30 【A】 応募先選択前に！ 就活の流れと基礎 知識	相談のみ	13:30～15:30 【AB共通】 PC講座 Excelの基礎②	・ スケジュール管理 … セミナー日程、時間はしっかり管理 ・ 報告、連絡、相談 … 約束時間に遅れる際は要連絡(セミナーや面談など)				

【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。

【ボランティア】 それぞれ集合時間があります。スタッフに確認してください。 【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月9日(火)、23日(火) 13:00～15:00

・ハローワーク尾道(0848-23-8609) 1月10日(水) 13:00～15:00

・ハローワーク三原(0848-64-8609) 1月10日(水) 10:00～12:00

・ハローワーク府中(0847-43-8609) 1月19日(金) 10:00～12:00