

<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♪
各回、約4名以上で開催。

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					
～ 年始は 1/6(月)より通常通り開所します ～											
5	6	7	8	9	10	11					
	相談のみ	相談のみ	スタッフ研修	相談のみ	相談のみ	相談のみ	13:30～14:30 サポステ ガイダンス				
12	13	14	15	16	17	18					
	成人の日	相談のみ	13:30～15:30 ボランティア作業 (本の整理片づけ、 他)	10:00～12:00 適職診断Day ※要予約	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	14:00～15:00 【予定】 職場見学会 (福山市内の スーパー品出し)			
19	20	21	22	23	24	25					
	相談のみ	13:30～15:30 【A】 アサーション(前半) 自分も相手も大切に するコミュニケーション	相談のみ	13:30～15:30 【AB共通】 PC講座 Wordでビジネス文 書作成①	相談のみ	13:30～15:30 【C】★ 応募書類の書き方 (自己PR)	相談のみ	13:30～15:30 【A】 自分らしさを発見し よう(前半) リフレーミング	相談のみ	13:30～15:30 【C】 履歴書 書き方の基本	10:00～11:30 【定着・ステップ】 ～お仕事座談会～
26	27	28	29	30	31						
	相談のみ	13:30～15:30 【A】 アサーション(後半) 気持ちをうまく伝え る	10:00～12:00 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	相談のみ	13:30～15:30 【共通】 就活サークル	相談のみ	13:30～15:30 【C】 働ける"ところ"をつ くる (ストレスの気づき)	相談のみ	13:30～15:30 【A】 自己理解を深める (ハビキャリ)	

【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14日(火)、28日(火) 13:00～15:00

・ハローワーク尾道(0848-23-8609) 1月8日(水) 13:00～15:00

・ハローワーク三原(0848-64-8609) 1月15日(水) 10:00～12:00

・ハローワーク府中(0847-43-8609) 1月17日(金) 10:00～12:00