

<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。

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
(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	7	8			
	相談のみ	相談のみ	相談のみ	10:00～12:00 【A】 認知療法(後半) 行動で試してみよう	相談のみ	相談のみ	10:00～12:00 【B】 面接や職場で活か せる話し方の基本 ～一分間スピーチ～	13:00～15:00 【C】★ 面接練習 話し方・質疑応答	
9	10	11	12	13	14	15			
	相談のみ	相談のみ	13:30～15:30 図書館 ボランティア作業	相談のみ	相談のみ	10:00～12:00 適職診断Day ※要予約	10:00～12:00 【C】 求人応募のやり方	10:00～11:00 相談のみ	卒業生交流会
16	17	18	19	20	21	22			
	相談のみ	相談のみ	13:30～15:30 【B】 自己理解を深める (価値観を見つける)	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	春分の日			
23	24	25	26	27	28	29			
	13:30～15:30 相談のみ	10:00～12:00 【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	13:30～15:30 適職診断Day ※要予約	13:30～15:30 ボランティア作業 (本の整理片づけ、 他)	13:30～15:30 相談のみ	13:30～15:30 【A】 自分らしさを発見し よう(後半) チームビルディング ワーク	相談のみ	相談のみ	13:30～15:30 【C】 仕事の基礎② 実践トレーニング (質問力を身につけ る)
30	31								
	13:30～15:30 相談のみ	【A】 アサーション(後半) 気持ちをうまく伝え る							
<p>【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！</p> <p>【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。</p> <p>【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。</p> <p>【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</p>				<p>【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)</p> <p>・ハローワーク福山(084-923-8609) 3月11日(火)、25日(火) 13:00～15:00</p> <p>・ハローワーク尾道(0848-23-8609) 3月12日(水) 13:00～15:00</p> <p>・ハローワーク三原(0848-64-8609) 3月19日(水) 10:00～12:00</p> <p>・ハローワーク府中(0847-43-8609) 3月21日(金) 10:00～12:00</p>					