



1月のサポステ予定表

させぼサポステって…？

サポステは、働くことに悩みを抱えている15歳～39歳までの若者の就職支援を行っています。専門の相談員がよりそって支援をしていきます。利用は無料ですので、ぜひご利用ください。なお、カウンセリングは随時受け付けていますが、原則予約制になっており、予約の方を優先します。

ご予約・お問い合わせ

させぼ若者サポートステーション

〒857-0052

佐世保市松浦町2-21 九十九島ビル2階

TEL：0956-25-3490

メール：info@saposute-sasebo.com

H P：http://saposute-sasebo.com/

受付時間

月曜日～金曜日・第2・第4土曜日

10：00～17：00



出張相談会開催中！

- ・ハローワーク佐世保
1月17日(木) 11:00～16:00
- ・平戸市役所 会議室A
1月 9日(水) 11:00～16:00
- ・松浦市役所 別館会議室
1月23日(水) 11:00～16:00
- ・ハローワーク対馬
1月16日(水) 11:00～15:00

ご予約は、させぼサポステまで
お気軽にお問い合わせください！

1月のイベント案内



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
31 	01 休館日 Happy New Year!	02 休館日	03 休館日	04 休館日 	05 休館日
07 心理カウンセリング (大坪先生・予約制) 13：00～17：00	08 履歴書の書き方を学ぼう 13：30～15：00	09 パソコン講座 若者UPプロジェクト⑥ 13：30～15：30	10 パソコン講座 若者UPプロジェクト⑥ 13：30～15：30	11 パソコン講座 若者UPプロジェクト⑦ 13：30～15：30	12 心理カウンセリング (大坪先生・予約制) 13：00～17：00
14 休館日	15 パソコン講座 若者UPプロジェクト⑥ 13：30～15：30	16 カウンセリング パソコン自習	17 パソコン講座 若者UPプロジェクト⑥ 13：30～15：30 心理カウンセリング (岡本先生・予約制)13時～	18 パソコン講座 若者UPプロジェクト⑥ 13：30～15：30	19 休館日
21 カウンセリング 求人検索	22 パソコン講座 若者UPプロジェクト⑥ 13：30～15：30	23 パソコン講座 若者UPプロジェクト⑥ 13：30～15：30	24 パソコン講座 若者UPプロジェクト⑥ 13：30～15：30	25 里親ボランティア 14：00～15：00	26 社会生活で役立つコミュニケーション講座 13：30～15：00
28 カウンセリング 求人検索	29 普通救命講習I 13：30～16：30	30 心理カウンセリング (岡本先生・予約制) 13：00～17：00	31 スポーツ交流 13：30～15：00		

※スケジュールは変更になる可能性があります／新規の方や、そのワークが必要な方を優先する場合があります



働くことに悩みを抱えている 15 歳から 39 歳までの若者に対し、キャリアコンサルタントなどによる専門的な相談、コミュニケーション訓練などによるステップアップ、協力企業への就労体験などにより、**就労に向けた支援を無料**で行っています。 厚生労働省委託事業および長崎県委託事業です。

1月のイベント詳細



履歴書の書き方を学ぼう 1月8日(火) 13:30~15:00

履歴書の書き方のポイントを学びながら、実際に履歴書を作成してみます。
まだ応募先が決まってない方もお気軽にご参加ください★



パソコン講座 若者UPプロジェクト

1月 9日(水)・1月10日(木)・1月11日(金)・1月15日(火)
1月17日(木)・1月18日(金)・1月22日(火)・1月23日(水)
1月24日(木) 13:30~15:30

若者UPプロジェクトは、就労を目指す若者を想定して監修したITスキル講習プログラムです。
先月のWord編に続き、今月はExcelとPowerPoint編と総合練習を行います！
※すでに参加者数が定員に達しているため、新規参加受付は行っておりません。

里親ボランティア 1月25日(金) 14:00~15:00

花壇の清掃や植栽ボランティアを行い、美しい街づくりに貢献します。



社会生活で役立つコミュニケーション講座 1月26日(土) 13:30~15:00

今回は、お仕事で困った時の対処法をテーマにコミュニケーションを楽しく学びます。

普通救命講習Ⅰ 1月29日(火) 13:30~16:30

心臓マッサージやAEDを使った心肺蘇生法など、緊急事態に役立つ知識を学びます！



スポーツ交流 1月31日(木) 13:30~15:00

大好評のバドミントンです！寒い冬こそ、楽しみながら体を動かしてリフレッシュしましょう！

求人検索 1月21日(月)・28日(月) パソコン自習 1月16日(水)



心理カウンセリング 1月7日(月)・12日(土)・17日(木)・30日(水)

13:00~17:00(予約制)

気持ちが落ち込む、不安感などの心の悩みが楽になれるよう支援します。

