



サポステ通信

佐世保若者サポートステーション（サポステ）は、**無料**で就職支援を行っています。

仕事に就いていない**15歳から49歳**までの方で、大学・高校等を中途退学される・された方、未就職で卒業された方、仕事を辞め仕事を探している方など、ぜひサポステをご利用ください。

☆今月のスケジュール

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
27 	28	29	30	31	1 適職診断 (13:30~15:30)
3 PC自習 求人検索	4 PC自習 求人検索	5 「若者UPプロジェクト」 パソコン基礎講座 (10:30~12:30)	6 身体を使ったコミュトレ (13:30~15:00)	7 心理カウンセリング (9:30~11:30) 求人検索しよう (13:30~15:30)	8 休館日
10 PC自習 求人検索	11 職業人講話 (13:30~15:00)	12 「若者UPプロジェクト」 パソコン基礎講座 (10:30~12:30)	13 PC自習 求人検索	14 心理カウンセリング (9:30~11:30) 身体を使ったコミュトレ (13:30~15:30)	15 PC自習 求人検索
17 ウォーキング&ボランティア (13:30~15:30)	18 PC自習 求人検索	19 「若者UPプロジェクト」 パソコン基礎講座 (10:30~12:30)	20 身体を使ったコミュトレ (10:00~12:00)	21 心理カウンセリング (9:30~11:30)	22 休館日
24 花壇里親ボランティア (13:30~15:00)	25 PC自習 求人検索	26 「若者UPプロジェクト」 パソコン基礎講座 (10:30~12:30)	27 アングーマネジメント (13:30~15:00)	28 心理カウンセリング (9:30~11:30)	29 PC自習 求人検索



サポステの休館日は、第2・第4土曜日、日曜日、祝祭日です。ご注意ください。

PC自習・求人検索は随時ご利用可能です！(予約優先とさせていただきます)

☆出張相談会・巡回相談会の日程

時間11:00~16:00(ハローワーク佐世保は13:00~16:00)			
ハローワーク佐世保	6月20日(木)	ハローワーク長崎西海出張所	6月 3日(月)
波佐見町役場	6月14日(金)	ハローワーク長崎西海出張所	6月17日(月)
川棚町役場	6月21日(金)	離島巡回相談会	
ハローワーク江迎	6月 5日(水)	壱岐 勝本地区公民館	6月 7日(金)
平戸文化センター	6月13日(木)	ハローワーク壱岐	6月24日(月)
松浦市保健センター	6月27日(木)	対馬 豊玉町社会福祉協議会	6月11日(火)
生月町中央公民館	6月28日(金)	ハローワーク対馬	6月25日(火)

※日程が変更になる場合もありますので、出張・巡回相談会についてはお電話にてお問い合わせください。

☆お問い合わせ先	
佐世保若者サポートステーション	
〒857-0872 佐世保市上京町5-7 2階	
TEL 0956-25-3490 FAX 0956-25-3491	
e-mail	info@saposute-sasebo.com
web	https://saposute-sasebo.com
開所時間	10:00~17:00 (第2・第4土曜日、日・祝休み)
壱岐駐在スタッフ 070-4791-6146	
対馬駐在スタッフ 080-6776-6797	

配信LINE

送受信LINE

公式HP



～サポステLINE発信中～サポステ情報を発信しています！ 皆様のご登録をお待ちしております。



6月予定のグループワークのご案内



ご利用は**予約優先**です。お問い合わせやご相談は随時受け付けております。開所日には、個別の就職支援（面接練習、応募書類チェックなど）も行っています。お気軽にご相談ください。

適職診断

6月 1日 (土) 13:30~15:30

自分の適性を知り、
仕事探しの参考にしましょう。

身体を使ったコミュトレ(ヨガ教室)

6月 6日 (木) 13:30~15:00

心と体を整える効果があるヨガを体験できます。お気軽に、動きやすい服装でご参加ください。

【13時サポステ集合】

求人検索をしよう

6月 7日 (金) 13:30~15:30

求人検索のやり方を学び、自分に合った仕事の見つけ方を学びましょう。最後にハローワークプラザへ行きます。

職業人講話 (サポステ総括 宮本鷹明)

6月11日 (火) 13:30~15:00

支援者で悩みを抱えていた人は多いです。サポステ総括の宮本もそんな過去があり、福祉職に就くまでの人生と、その後の苦労をお伝えします。

身体を使ったコミュトレ(ドッジボール) &ミーティング

6月14日 (金) 13:30~15:30

皆さんで決めていただいたドッジボールを通してコミュニケーション力や体力をつけていきましょう。

ウォーキング&ボランティア

6月17日 (月) 13:30~15:30

佐世保市役所13階に新しくできた「ラウンジ」まで歩きます。市街地の眺望を楽しみましょう。

身体を使ったコミュトレ

6月20日 (木) 10:00~12:00

毎月好評の**バドミントン**です。身体を動かしてリフレッシュしながら楽しくコミュトレしましょう。今月は、午前中の開催になるのでお気を付けてください。



花壇里親ボランティア

6月24日 (月) 13:30~15:00

花壇の掃除や草取りをして、花でいっぱいの街づくりを目指しましょう。



アンガーマネジメント

6月27日 (木) 13:30~15:00

イライラする気持ちは、つい身近な人にぶつけてしまいがちです。穏やかにかわられる方法を一緒に学びましょう。

「若者 UP プロジェクト」 パソコン基礎講座

4月、5月、6月、連続で実施中。

時間 10:30~12:30

6月は下記のとおり予定しています。

- 5日(水) PowerPoint ①
- 12日(水) PowerPoint ②
- 19日(水) PowerPoint ③
- 26日(水) PowerPoint ④



詳細は別紙にてご案内いたします。

♡心理カウンセリング♡ 6月の予定 (要予約)

時間 ①9:30 ②10:30

7日(金)・14日(金)・21日(金)・28日(金)

ペーパーレス化にご協力をお願いします!

サポステ通信のメール送付を行っています。希望される方は佐世保サポステのメール (info@saposute-sasebo.com) の件名に「サポステ通信返信用」と「ご氏名」をご記入の上、ご送信をお願いします。

