

【今日からできる雑談力 UP セミナー】 雑談が苦手だと感じている方は意外と多いですね。
 就活にもビジネスにも活かせるコミュニケーションのコツをお伝えします。 〈全2回〉 Zoom 対応
 〈講師 横山由美氏〉 ①11月8日(火)10:00~11:00 ②11月16日(水)10:00~11:00

◇ **パソコン講座** ◇

eラーニングを利用した講座になりました。基本から応用まで対応しています。 定員4名



- ・11月1日(火) 13:30~15:30
- ・11月18日(金) 13:30~15:30

◇ **出張相談** ◇

事前
予約

☆ハローワーク都城☆

・11月11日(金) 13:30~15:20

☆ハローワーク日南☆

・11月17日(木) 12:30~15:20

☆都城市役所☆

都城市役所2F男女共同参画センター

・11月24日(木) 14:00~16:00

☆高原町総合保健福祉センター☆

「ほほえみ館」(奇数月)

・11月22日(火) 13:00~16:00

サテライト都城まで、お気軽にお問い合わせください。

◇ **ミーティング** ◇

月に一度、利用者全員参加によるミーティングを行います。参加必須です。



- ・活動振返り・コースの確認
- ・今後の計画立て 等
- ・11月29日(火) 13:00~15:00

◇ **ジョブ・トレーニング** ◇

【サポステ内ジョブトレ】

環境整備やチラシの発送作業等

・11月29日(火) 10:00~12:00

【外部ジョブトレ】

ラッピング、草刈り、清掃作業、梱包作業等 日程は調整できます



厚生労働省による周知・広報サイト「サポステネット」でも「サポステって、どんなところ?」といった疑問を解決するための情報を分かりやすくご紹介しています。
 サポステスタッフや卒業生からのメッセージ、企業の皆様や教育機関の皆様に向けた施策紹介も掲載しています。皆さんぜひご覧ください! <http://saposute-net.mhlw.go.jp/>



「働きたい」その気持ちを、次のステージへ。

 **サポステ** 厚生労働省・宮崎県委託事業

サポステは、働くことに踏みだしたい求職者とじっくりと向き合い、職場定着するまでを全面的にバックアップする厚生労働省委託の支援機関です。

 **2020年4月 支援対象年齢が 49歳まで に拡大になりました!** 
(サポステ・プラス)

みやざき若者サポートステーション／サポステ・プラス

宮崎本部 〒880-0801 宮崎市老松1丁目4-21 Kビル2F
 ☎ (0985)25-4345

サテライト都城 都城市東町4-30 ☎ **(0986)36-6510**

サテライト延岡 延岡市土々呂町4丁目4390-1延岡市職業訓練支援センター1F
 ☎ (0982)37-1190

利用無料

公式LINE



サポステみやざき

検索





利用料無料

予約制

	日	月	火	水	木	金	土
AM	11/10(木)13時半からの楽しく運動は体育館でバドミントンやミニバレーを行います。		1 キャリア相談	2 ★	3	4 コミュひろば	5
PM			パソコン講座	キャリア相談	休館日	キャリア相談	休館日
AM	6 休館日	7 マイペースパソコン	8 zoom特別講座	9 キャリア相談	10 こころの相談	11 キャリア相談	12 休館日
PM		キャリア相談	キャリア相談		楽しく運動	HW都城	
AM	13 休館日	14 ★	15	16 zoom特別講座	17 キャリア相談	18 キャリア相談	19 休館日
PM		キャリア相談	GATB	キャリア相談	HW日南	パソコン講座	
AM	20 休館日	21 キャリア相談	22 キャリア相談	23 休館日	24 こころの相談	25 キャリア相談	26 休館日
PM			高原町出張相談		市役所出張相談	公開セミナー	
AM	27 休館日	28 マイペースパソコン	29 サポステ内ジョブトレ	30 キャリア相談	11/25(金)13:30~15:30 公開セミナーでハーバリウム作成をします。登録のない方も参加できます。〈予約制 定員4名〉		
PM		キャリア相談	ミーティング				

☆ガイダンス ホームページでガイダンスを視聴できます。

サポステの自己紹介をします。サポステをご存じでない方へ

詳しい説明をしますので気兼ねなく、ご連絡ください。(0986) 36-6510 (要予約)

☆キャリア相談 10:00~12:00、13:00~16:00

キャリアコンサルタントに、仕事やキャリアプランについて相談できます。

☆こころの相談 10:00~12:00、13:00~16:00

悩みやこころの疲れを相談できます。

☆コミュひろば 10:00~12:00 定員4名

おしゃべりが苦手という方同士で、会話に慣れる時間です。

ルール有り、後日キャリア相談に予約をします。

☆GATB(厚生労働省編一般職業適性検査) 10:30~15:30

どのような仕事に合っているのかを探る簡単な筆記試験です。

適職探しの参考にしてみませんか? 定員4名

☆マイペースパソコン 10:00~12:00

自分のペースでパソコンの練習が出来ます。

好きなテキストを持参してください。 定員4名

☆フリースペース 10:00~12:00 行事により利用できない場合があります。

求人検索/読書など自由に使っていただけます。カレンダー★印が利用可能日です。

サポステ
都城若者サポートステーション