

2023



## サテライト都城

トピックス

## ■■ セミナーのご案内 ■■

2月  
如月

【kokoro セミナー】自分に自信が持てない、不安や恐怖心が強いなどの悩みについて、こころを強くする方法を一緒に考えて実践してみましょう。

〈講師:こころの相談員 高橋〉 2月 9日(木)10:00~12:00

定員 4名

## ◇ 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

・2月 6日(月) 10:00~12:00  
・2月 24日(金) 10:00~12:00

## ◇ 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。

- ・活動振り返り・コースの確認
- ・今後の計画立て 等

・2月 28日(火) 13:30~15:30

## ◇ 出張相談 ◇

★ハローワーク都城★

事前  
予約

・2月 10日(金) 13:30~15:20

★ハローワーク小林★

・2月 16日(木) 10:30~16:20

## ★都城市役所★

都城市役所 2F 男女共同参画センター

・2月 16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)

・3月 28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。

## ◇ ジョブ・トレーニング ◇

## 【サポステ内ジョブトレ】

環境整備やチラシ発送作業等

・2月 27日(月) 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!



厚生労働省・宮崎県委託事業

「働きたい」その気持ちを、次のステージへ。

サポステは、働くことに踏みだしたい求職者とじっくり向き合い、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



サポステみやざき

検索



2023 みやざきサポステ/サポステ・プラス  
**サテライト都城**  
**2** February 予定カレンダー

利用料無料

予約制

	日	月	火	水	木	金	土
AM	2/17(金)のZoomセミナーは、みやざき本部セミナー「話し方教室」です。サテライト都城又は自宅から参加できます。 時間10:00~11:30			1 マイペースパソコン キャリア相談	2 こころの相談	3 キャリア相談	4 休館日
PM	5 休館日	6 パソコン講座 キャリア相談	7 GATB	8 ★	9 kokoroセミナー キャリア相談	10 キャリア相談 HW都城	11 休館日
AM	12 休館日	13 コミュひろば キャリア相談	14 キャリア相談	15 キャリア相談	16 HW小林 市役所出張相談	17 zoom話し方教室 キャリア相談	18 休館日
PM	19 休館日	20 ★ キャリア相談	21 キャリア相談	22 マイペースパソコン キャリア相談	23 休館日	24 パソコン講座 キャリア相談	25 休館日
AM	26 休館日	27 サポステ内ジョブトレ キャリア相談	28 キャリア相談 ミーティング				
PM							

☆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

どのような仕事が合っているのかを探す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。

