

	月	火	水	木	金	土	日
午前				1 キャリア相談	2 キャリア相談	3 休館日	4 休館日
午後				キャリア相談	キャリア相談		
午前	5 こころの相談	6 GATB (一般職業適性検査)	7 キャリア相談	8 キャリア相談	9 キャリア相談	10 休館日	11 休館日
午後	こころの相談	キャリア相談	HW 延岡 出張相談	キャリア相談	キャリア相談		
午前	12 キャリア相談	13 キャリア相談	14 eラーニング パソコン	15 キャリア相談	16 キャリア相談	17 休館日	18 休館日
午後	HW 日向 出張相談	キャリア相談	キャリア相談	キャリア相談	キャリア相談		
午前	19 キャリア相談	20 こころの相談	21 キャリア相談	22 キャリア相談	23 話し方教室 (オンライン)	24 休館日	25 休館日
午後	延岡青朋高校 ガイダンス	こころの相談	のべおか 就職説明会	キャリア相談	キャリア相談		
午前	26 サポステ内 ジョブトレ	27 キャリア相談	28 キャリア相談	29 キャリア相談	30 月末セミナー		
午後	キャリア相談	ジョブトレ 広報のべおか	キャリア相談	キャリア相談	キャリア相談		



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/>



「はたらきたい気持ち」を、一歩すすめる。



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!



**みやざき若者サポートステーション / サポステ・プラス**

**利用無料**

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



サポステみやざき

検索

# サテライト延岡

～のべおか就職説明会 が開催されます～

日時：令和5年6月21日(水) 13:00～16:00

会場：延岡総合文化センター

地元の企業 約40社が参加予定です(変更になる場合もあります)。  
さまざまな業界・業種が一堂に会しますので、一度に多数の企業を知ることができます。  
延岡市では、今年度最初のマッチングイベントです。  
直接話を聞くと、求職者と企業の思いがけないつながりが生まれることもあります。  
どんどん参加して、たくさん話を聞いてみましょう。



## キャリア相談

随時行っております

自己理解・目標設定・計画

**応募書類作成・面接対策**

専門の相談員が一人ひとり

丁寧に対応します

**※要事前予約**

## GATB (一般職業適性検査)

どのようなジャンルの職業が  
向いているのかを探る、  
筆記と器具の検査です。  
適職探しの参考にしてみませんか？

6月6日(火) 10:00 集合厳守

10:15～12:00 検査

12:00～13:30 昼食

13:30～15:00 振り返り

## ハローワーク出張相談

★延岡 6月7日(水)

★日向 6月12日(月)

場所：相談室

時間：13:00～16:00

**※事前の申込をお願いします**

## こころの相談

希望者に応じて設定

就労に向けての  
こころの悩みを  
相談できる時間です。

6月5日(月)

6月20日(火)

**※要事前予約**

## 月末セミナー

6月30日(水) 10:00～12:00

今月の振り返りと来月の予定を立て、  
就活に役立つ楽しいセミナーを行います。  
利用者は**参加必須**です。



## eラーニングパソコン

6月14日(水)

10:00～

場所：サポステ

今の仕事はパソコンを扱うことが  
多くなっています。  
ワードとエクセルの基礎を身に  
付けて、就職活動の自信に  
つなげましょう。



Zoomで参加できる！

～自信をもって面接にいかう《ポイトレ!!》話し方教室～

○6月23日(金) 10:00～12:00

面接をはじめ、日常や仕事のさまざまな場面で役立つ話し方の教室です。

## 就労体験を通して、働くことの第一歩を踏み出します

### ジョブトレ【1】 広報のべおか

6月27日(火) 13:30～16:00

場所：延岡市民体育館

ボランティアの方々と一緒に  
数々のチラシを集める作業です。

### ジョブトレ【2】 チラシ発送事務

6月26日(月) 10:00～12:00

場所：サポステ

来月号のチラシを関係機関に発送する  
事務作業を体験します。

サポステでは、履歴書、職務経歴書、  
ジョブカードの作成や面接指導等、  
必要に応じたサポートを  
随時おこなっております。

