サポステ 地域若者サポートステーション　厚生労働省 宮崎労働局・宮崎県委託事業　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　2025年7月のスケジュール

就労相談／こころの相談

キャリアコンサルタントや臨床心理士等が一人一人に寄り添いながら就職に向けたサポートを行います。

オンライン（zoom）でも相談できます。

こころの相談は相談回数に限りがあります。

〇メニューは全て予約制です。専用フォームからお申込みください。

〇キャンセル・遅刻・欠席の場合は開始時間前までに電話連絡をお願いします。

	月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5	6
フリースペース			利用可能（終日）	利用可能（AM）	利用可能（AM）	休館日	休館日
セミナー等（午前）			ご予約なしでも大丈夫 ぶらさぽ 初めての方の相談日 9：00～16：00		10:00 コミュカ（13:30 コミュカ）		
セミナー等（午後）		13:00 パソコン講座		13:00 パソコン講座プラス（1日目）			
	7	8	9	10	11	12	13
フリースペース		利用可能（AM）	利用可能（AM）		利用可能（終日）	休館日	休館日
セミナー等（午前）				10:00 一般職業適性検査（GATB）			
セミナー等（午後）		13:00 [特別]グッと差がつく電話応対セミナー	13:30 ハローワークによる出張相談				
	14	15	16	17	18	19	20
フリースペース			利用可能（終日）	利用可能（PM）	利用可能（AM）	休館日	休館日
セミナー等（午前）		10:00 [特別]就活の知恵袋		10:00 ココロの声（エンラボ）	10:00 運動プログラム（Dキャリア）		
セミナー等（午後）		13:00 パソコン講座プラス（2日目）					
	21	22	23	24	25	26	27
フリースペース	休館日	利用可能（終日）	利用可能（PM）	利用可能（終日）	利用可能（AM）	家族相談と定着相談の日	休館日
セミナー等（午前）			10:00 サポタイム				
セミナー等（午後）							
	28	29	30	31			
フリースペース		利用可能（終日）		利用可能（終日）			
セミナー等（午前）			10:00 ボイトレ（対面＋zoom）				
セミナー等（午後）	12:00 ココロのストレッチ		13:30 [特別]就職説明会 スタートアップ講座				

【出張相談】
7月 2日（水） 13:30～ ハローワーク宮崎
7月15日（火） 13:30～ ハローワークプラザ
7月16日（水） 13:30～ ハローワーク高鍋
7月23日（水） 13:30～ 宮崎県立図書館

セルフラーニング

サポステのパソコンを利用し、eラーニングで視聴しながら自分のペースで学習を進め、スキルアップを目指します。
eラーニング（learningBOX）には、Excel，PowerPoint，ビジネスマナー，ビジネスコミュニケーション など数多くのコンテンツがあります。

事前予約が必要です

〈お問い合わせ〉
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　0985-25-4345

↑HPからもスケジュールが確認できます