

	月	火	水	木	金	土	日
午前	31	1	2	3	4	5	6
午後		キャリア相談	キャリア相談	キャリア相談	キャリア相談	休館日 	休館日 
午前	7	8	9	10	11	12	13
午後	キャリア相談	キャリア相談	キャリア相談	キャリア相談	e ラーニング PC 講座	休館日 	休館日 
午前	14	15	16	17	18	19	20
午後	こころの相談	GATB (一般職業適性検査)	キャリア相談	キャリア相談	キャリア相談	休館日 	休館日 
午前	21	22	23	24	25	26	27
午後	休館日 (敬老の日) 	休館日 (国民の休日) 	休館日 (秋分の日) 	キャリア相談	サポステ内 ジョブトレ	休館日 	休館日 
午前	28	29	30	1	2	3	4
午後	キャリア相談	月末セミナー	ポイトレ (ポイストレーニング)			休館日 	休館日 

働きたいアナタの就職サポート窓口

利用無料

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

宮崎市老松1丁目4-21
Kビル2F

サテライト都城

0986-36-6510

都城市東町4-30

サテライト延岡

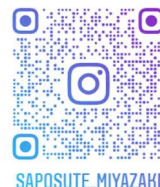
0982-37-1190

延岡市土々呂町4390-1
延岡市職業訓練支援センター1F

ホームページ



Instagram



SAPOSUTE.MIYAZAKI

みやざきサポステは働くことに踏み出したい 15 歳から 49 歳までの方の職業的自立を目的とし、厚生労働省が県との協働により設置した就職支援機関です

ボイトレ～話し方教室(オンライン)に参加しませんか

9月30(水)10:00～11:30

明るく印象の良い話し方はできていますか？話し方の専門家によるこのセミナーで、自信をつけてみましょう。面接や、働く中でのイメージアップに役立ちます。Zoom を使ってのセミナーです。今や Zoom は、就職面接や入社後のミーティングでも活用されています。この機会にチャレンジすると要領を掴むこともできますのでおすすめです。



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)

どういった職業に適性があるのかを能力として測る検査です。適職探しの参考にしてみませんか？

9月15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

★日向 9月9日(水)

★延岡 9月8日(火)

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。

9月14日(月) 10:30～

※要事前予約

職業レディネス・テスト(VRT)

職業の興味領域や、基礎的志向性(日常生活から見られる価値観)を知ることができます。

※中・高生、学生、若年層向け

※随時受付中(ご相談ください)

eラーニングパソコン

9月11日(金) 10:00～

場所:サポステ

パソコン操作を学びたい方に
おすすめの講座です。

月末セミナー

9月29日(火)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。

Zoom で参加できる！

ボイトレ《話し方教室》

9月30日(水) 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 チラシ発送事務

9月25日(金) 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。

