



2026年 11月

サテライト都城

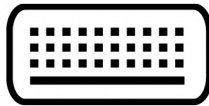


家族相談会・利用者交流会のご案内

家族相談会は、ご家族の相談をお聞きします。利用者交流会は就職された方、現在利用中の方も参加できます。参加希望の方はご連絡ください。

開催日時：11月15日(日) 10:00～家族相談会 13:00～利用者交流会

パソコン講座



定員3名

e-ラーニングを利用した講座です。

11月9日(月) 27日(金)

10:00～12:00(各日)

月末セミナー



今月の振り返りと就活に役立つミニセミナーを行います。

11月30日(月)

13:00～15:00

出張相談 ※事前予約

ハローワーク都城

11月13日(金) 13:30～15:30

ハローワーク日南

11月20日(金) 12:30～15:30

都城市役所別館男女共同参画センター

11月26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27日(金) 14:00～16:00

ジョブトレーニング

【サポステ内ジョブトレ/環境整備やチラシ発送準備等】 11月26日(木)

【外部ジョブトレ/ラッピング、草刈り、清掃作業など】 日程調整します

働きたいアナタのための就職サポート窓口



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 働くことに踏みだしたい**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支援機関です。

利用料無料
予約制

みやぎサポステ/サポステ・プラス サテライト都城 予定カレンダー

2026
November
11



	日	月	火	水	木	金	土
AM	1 休館日	2 キャリア相談	3 休館日	4 マイペース パソコン	5 キャリア相談	6 キャリア相談	7 休館日
PM		キャリア相談		キャリア相談	キャリア相談	キャリア相談	
AM	8 休館日	9 パソコン講座	10 キャリア相談	11 ★	12 ボイトレ こころの相談	13 キャリア相談	14 休館日
PM		ふくしの仕事 就職フェア	コミュカ	キャリア相談	こころの相談	ハローワーク 都城	
AM	15 家族相談会	16 休館日	17 GATB	18 キャリア相談	19 こころの相談	20 キャリア相談	21 休館日
PM	利用者交流会		GATB	マイペース パソコン	こころの相談	ハローワーク 日南	
AM	22 休館日	23 休館日	24 キャリア相談	25 キャリア相談	26 サポステ内 ジョブトレ	27 パソコン講座	28 休館日
PM			たのスポ	キャリア相談	都城市役所	高原町 ほほえみ館	
AM	29 休館日	30 ★					
PM		月末セミナー					

☆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。

☆コミュカ(コミュニケーション力アップセミナー) 13:00~15:00 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 13:00~15:00

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3名

☆フリースペース 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