

	月	火	水	木	金	土	日
	26	27	28	29	30	31	1
							休館日
午前	2 キャリア相談	3 休館日 (文化の日)	4 キャリア相談	5 キャリア相談	6 キャリア相談	7 休館日	8 休館日
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		
午前	9 キャリア相談	10 キャリア相談	11 キャリア相談	12 ボイトレ (ボイストレーニング)	13 キャリア相談	14 休館日	15 休館日
午後	eラーニング PC 講座	出張相談 ハローワーク延岡	出張相談 ハローワーク日向	キャリア相談	キャリア相談		
午前	16 キャリア相談	17 GATB (一般職業適性検査)	18 キャリア相談	19 キャリア相談	20 キャリア相談	21 休館日	22 休館日
午後	こころの相談	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	23 休館日 (勤労感謝の日)	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 月末セミナー	28 休館日	29 休館日
午後		キャリア相談	のべおか 就職説明会	キャリア相談	キャリア相談		
午前	30 キャリア相談	1	2	3	4	5	6
午後	キャリア相談						

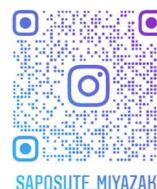
働きたいアナタの就職サポート窓口
利用無料
みやざき若者サポートステーション サポステ・プラス

ホームページ

Instagram

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


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

サテライト延岡

～令和8年度第2回 のべおか就職説明会 が開催されます～

日時：令和8年11月25日(水) 13:30～15:30
会場：延岡総合文化センター

地元の企業 約70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。
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？

11月17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 11月11日(水)

★延岡 11月10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。

11月16日(月) 13:00～

※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

11月9日(月) 14:00～

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

11月27日(金)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》

11月12日(木) 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

11月26日(木) 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。

