

	月	火	水	木	金	土	日
							1 休館日
		13日(金)10時より、『話し方セミナー』が行われます！ Zoomでの参加が可能です。面接対策にぜひどうぞ！(^^)！					
午前	2 キャリア相談	3 休館日 (憲法記念日)	4 休館日 (みどりの日)	5 休館日 (こどもの日)	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		
午前	9 こころの相談	10 キャリア相談	11 キャリア相談	12 キャリア相談	13 GATB (一般職業適性検査)	14 休館日	15 休館日
午後	こころの相談	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		
午前	16 キャリア相談	17 キャリア相談	18 パソコン セミナー	19 パソコン セミナー	20 こころの相談	21 休館日	22 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	こころの相談		
午前	23 キャリア相談	24 キャリア相談	25 キャリア相談	26 キャリア相談	27 サポステ内 ジョブトレ	28 休館日	29 休館日
午後	キャリア相談	キャリア相談	キャリア相談	ジョブトレ 広報のべおか	キャリア相談		
午前	30 月末セミナー	31 キャリア相談					
午後	キャリア相談	キャリア相談					

周りが働きだして
あせる...

就活に自信も
もちたい

40代だけど、
行ける？

職務経歴書の
書き方を知りたい

自分に合う
仕事をしたい

面接の
練習がしたい

次の仕事は
長続きさせたい

ひとりで悩まず、
サポステと一緒に
就職へのステップを歩みませんか？

コミュニケーションが
上手になりたい



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♪
(サポステ・プラス)



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 〒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

利用無料



サポステみやざき

検索



みやざき若者サポートステーション／サポステ・プラス サテライト延岡

パソコンセミナーに参加しませんか

5月18日(水) 9:30~12:30

5月19日(木) 9:30~12:30

どんな職業に就いてもパソコン作業は必要なのではないでしょうか。サポステのパソコンセミナーは、1日目がWord、2日目がExcelで、どちらも基礎をしっかりと学ぶことができます。

基礎とはいえ、実務にしっかりと活かせる内容になっており、非常に人気が高い講座です。

講師は、合同会社リステージプラスの平山加奈子さん。わかりやすい講座に定評があります！！



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)

どのようなジャンルの職業が向いているのかを探す、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？

5月13日(金) 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 5月10日(火)

場所：2F 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。

5月9日(月)

5月20日(金)

※要事前予約

月末セミナー

5月30日(月) 10:00~12:00

利用者全員参加での、今月の振り返りと来月の予定を立てるミーティングです。簡単なセミナーを受けることもできます。原則として、利用者は**参加必須**です。

パソコンセミナー

講師：合同会社リステージプラス
平山 加奈子氏

5月18日(水)、19日(木)

9:30~12:30

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。

**※USB メモリを
必ず持参してください**

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

5月26日(木) 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

5月27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。

