



# サテライト都城

トピックス

■■ 楽トレのご案内 ■■

【楽トレ】体育館でバドミントンや卓球、ミニバレーをして汗を流しましょう。(場所などの詳細はスタッフまで)  
 飲み物・汗拭きタオル・シューズを持って来てください。

日時：7月4日(火) 13:30~15:30

予約制

## ◇ パソコン講座 ◇

eラーニングを利用した講座になりました。基本から応用まで対応しています。



定員4名

- ・7月7日(金) 10:00~12:00
- ・7月18日(火) 13:30~15:30

## ◇ 出張相談 ◇

事前  
予約

★ハローワーク都城★

・7月14日(金) 13:30~15:20

★ハローワーク日南★

・7月20日(木) 12:30~15:20

★都城市役所★

都城市役所別館男女共同参画センター

・7月27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)

・7月25日(火) 13:00~17:00

サテライト都城まで、お気軽にお問い合わせください。

## ◇ ミーティング ◇

月に一度、利用者全員参加によるミーティングを行います。参加必須です。



- ・活動振返り・コースの確認
- ・今後の計画立て等

・7月31日(月) 13:00~15:00

## ◇ 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作業等

・7月26日(水) 10:00~12:00

【外部ジョブトレ】


ラッピング、草刈り、清掃作業、梱包作業等  
 日程は調整できます



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/>



「働きたい」その気持ちを、次のステージへ。

 **サポステ** 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



利用料無料

予約制

	日	月	火	水	木	金	土	
AM	2 休館日	3 キャリア相談	4 キャリア相談	5 キャリア相談	6 ★	7 パソコン講座	1 休館日	
PM			楽トレ		キャリア相談	キャリア相談	8 休館日	
AM	9 休館日	10 キャリア相談	11 GATB	12 マイペースパソコン	13 こころの相談	14 Zoomポイトレ	15 休館日	
PM				キャリア相談		HW都城		
AM	16 休館日	17 休館日	18 キャリア相談	19 ★	20 キャリア相談	21 マイペースパソコン	22 休館日	
PM			パソコン講座		HW日南	キャリア相談		
AM	23 休館日	24 コミュカ	25 キャリア相談	26 サポステ内ジョブトレ	27 こころの相談	28 zoom企業説明会	29 休館日	
PM		キャリア相談	高原町相談会	キャリア相談	市役所出張相談	キャリア相談		
AM	30 休館日	31 キャリア相談	Zoom企業説明会は、宮崎本部の説明会に参加します。 参加企業は2社です。(要予約) 時間:11:00~12:00					
PM		ミーティング						

☆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。

☆コミュひろば 10:00~12:00 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

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4名

☆フリースペース 10:00~12:00 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ください。加印★印が利用可能日です。

