

しものせき若者サポートステーション

●10月プログラム

■相談・セミナーは予約制になります。お気軽にお問い合わせください。

月	火	水	木	金	
2	3	4	5	6	
<ul style="list-style-type: none"> ●キャリア相談 ●各種相談 ●P C自習 	<ul style="list-style-type: none"> ●キャリア相談 ●各種相談 ●P C自習 	<ul style="list-style-type: none"> ●キャリア相談 ●各種相談 ●P C自習 ●適職診断 13:30~15:00 	<ul style="list-style-type: none"> ●キャリア相談 ●各種相談 ●P C自習 ●自己分析 13:30~15:00 	<ul style="list-style-type: none"> ●キャリア相談 ●各種相談 ●P C自習 	
9	10	11	12	13	
	<ul style="list-style-type: none"> ●キャリア相談 ●各種相談 ●P C自習 ●履歴書 13:30~15:00 	<ul style="list-style-type: none"> ●キャリア相談 ●各種相談 ●P C自習 ●美称出張相談 11:00~15:00 	<ul style="list-style-type: none"> ●キャリア相談 ●各種相談 ●P C自習 ●心理相談 	<ul style="list-style-type: none"> ●キャリア相談 ●各種相談 ●P C自習 ●職務経歴書 13:30~15:00 	
16	17	18	19	20	21
<ul style="list-style-type: none"> ●キャリア相談 ●各種相談 ●P C自習 ●適職診断 13:30~15:00 	<ul style="list-style-type: none"> ●キャリア相談 ●各種相談 ●P C自習 ●ハローワークプラザ出張相談(リピエ) 13:30~15:00 	<ul style="list-style-type: none"> ●キャリア相談 ●各種相談 ●P C自習 ●自己分析 13:30~15:00 	<ul style="list-style-type: none"> ●キャリア相談 ●各種相談 ●P C自習 <p>★しものせきサポステ就活塾「集中訓練プログラム」締切</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●キャリア相談 ●各種相談 ●P C自習 	<div style="border: 2px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> 土曜日 サポステ オープン日 </div> <ul style="list-style-type: none"> ●サポステ卒業者交流会
23	24	25	26	27	
<ul style="list-style-type: none"> ●キャリア相談 ●各種相談 ●P C自習 	<ul style="list-style-type: none"> ●キャリア相談 ●各種相談 ●P C自習 ●履歴書 13:30~15:00 	<ul style="list-style-type: none"> ●キャリア相談 ●各種相談 ●P C自習 	<ul style="list-style-type: none"> ●キャリア相談 ●各種相談 ●P C自習 ●心理相談 	<ul style="list-style-type: none"> ●キャリア相談 ●各種相談 ●P C自習 	
30	31	<p>◆ 相談時間 月～金 9:00～17:45 毎月第3土曜日 9:00～17:00</p> <p>☎751-0834 下関市山の田東町2-32 ハイクレスト山の田1F</p> <p>TEL 083-254-0340</p>			<p>しものせきサポステHP</p>  <p>http://shimo-sapo.com/</p>

相談メニュー (対象)	内容	日時
キャリア相談 (ご本人)	キャリアコンサルタントが適性や進路に応じ職業及び就職に関するご相談をお受けします。	月～金 第3土曜日 ①9:15～10:15 ②10:30～11:30 ③13:00～14:00 ④14:15～15:15 ⑤15:30～16:30 ⑥16:45～17:45
心理相談 (ご本人・ご家族)	心理士等が相談をお受けします。仕事、人間関係、家族とのこと等こちらの悩みをお話ください。	木 (第2,4) ①9:30～10:30 ②11:00～12:00 ③13:30～14:30 ④15:00～16:00
各種相談 (ご本人・ご家族)	生活や進路のお悩みから応募書類作成、面接対策やマナー等、就職に関する様々なご相談をお受けします。ご本人に合った支援を行います。	月～金 第3土曜日 ①9:15～10:15 ②10:30～11:30 ③13:00～14:00 ④14:15～15:15 ⑤15:30～16:30
パソコン講座&自習 (ご本人)	テキストを使用して自習をします。不明点はスタッフが対応いたします。	月～金 第3土曜日 ①9:15～10:15 ②10:30～11:30 ③13:00～14:00 ④14:15～15:15 ⑤15:30～16:30

◆ しのせきサポステからのお知らせ

下関市後援

厚生労働省・山口県委託事業

サポステ就活塾

集中訓練プログラム MOS資格取得講座

11/1(水)～30(木)

11/13(月)～17(金)【合宿訓練含】土・日・祝は休み



◆プログラム内容◆【費用：宿泊代 5,000円 食費実費ご負担】

パソコン講座/ビジネスマナー/電話応対/職場体験/ボランティア
応募書類の作成/模擬面接/セルフセラピーカード/AFPY/SST
野外活動(キャンプ、登山体験、ピザ窯、ダッチオープン、カレー、BBQ)

対象 就職を目指す 15才～39才の若者

11月開講

定員 **10**名

★サポステ就活塾、説明会実施中
ハローワーク下関【2階相談室】
9/29(金) 14:00～15:00
10/6(金) 11:00～12:00
お気軽にお問い合わせください。

TEL 083-254-0340

～セミナーピックアップ～

10/11(水) 11:00～15:00
◆美称出張相談「サンワーク美称」

10/17(火) 13:30～15:00
◆ハローワークプラザ(リビエ2F) 出張相談

10/21(土) 9:00～17:00
◆土曜日サポステオープン日
◆卒業者交流会 13:30～15:30

登録・利用
無料

☎751-0834

下関市山の田東町2-32
ハイレスト山の田1F

TEL 083-254-0340
FAX 083-254-0341

◆相談時間 月～金
9:00～17:45
第3土曜日開所

サポステとは！

●厚生労働省・山口県委託事業
経験豊かなスタッフがあなたの話をとことん聞きます
誰に相談したらいいかわからない！
そんなあなたの悩みを一緒に考えます！

●働きたいけど・・・
→自信が持てず一歩を踏み出せない
→コミュニケーションが苦手で、不安
→人間関係に悩み退職後ブランクが長くなってしまった
など、働くことに悩みを抱えている方の就労を支援しています

●対象は15歳～39歳までの若者とそのご家族、保護者等

●サポステ卒業者(就職中)の方の継続サポート



◆山の田バス停徒歩1分
◆幡生駅徒歩13分

サポステでできること！

◆職場体験 から就職へ！
◆職場見学

職場体験・職場見学のお問合せや利用者が
増えています。
実際に職場を体験・見学してみませんか？

また体験者の受入が可能な企業もお問い合わせください。

本人の希望 & 受入先の意向を確認！

体験日数を決めよう！1週間～3か月

体験を終え就職決定へ！

◆体験から就業へ！

体験時の頑張りを評価されると就職につながる
ケースがあります。多数の若者が体験後、双方の
合意により希望の事業所に就業しています。

◆10月セミナー内容

<p>自己分析 5(木) 18(水)</p>	<p>自分を知ることが仕事探しのスタートです。じっくり自分と向き合い、振り返り、自分自身のことを見ませんか？こんなことができる「自分」を発見しましょう！効果的な自己PR書の作成を目指します。</p>	<p>履歴書 自己PR 志望の動機 10(火)13(金) 24(火)</p>	<p>履歴書・職務経歴書どうやって作りこめばいいの か？自己PR、志望の動機、あなたの経験を棚卸しし、希望職種や企業に合わせて作成をサポートします。書類作成で悩んでいる方一度ご相談してみませんか。</p>
<p>適職診断 4(水) 16(月)</p>	<p>職業適性検査～職業選択のツール～ 自分に向いている仕事は何？自分にはどんな適性があるんだろう？自分の特性を見つけたら、自分のやってみたかった仕事が見つかるかも・・・まずは診断してみましょう！</p>	<p>ハローワークプラザ出張相談 17(火)</p>	<p>10/10(火) JR下関駅2階に移転しました「ハローワークプラザ下関」で毎月第3火曜日にサポステ出張相談を開催しています。求人票の見方や求人探しの仕方、ハローワークの登録方法等、就職に関することなら何でもご相談ください。</p>