



# しものせき 若者サポートステーション

あなたの「働く」をサポート

サポステ  
地域若者サポートステーション

厚生労働省  
山口労働局

## ● 令和8年2月プログラム

■相談は完全予約制になります。お気軽にお問い合わせください。

| 月  | 火   | 水   | 木  | 金   | 土                                   |
|--|---|---|--|---|-------------------------------------|
| 2<br><small>令和7年度集中訓練②開講</small>             | 3<br><small>キャリア相談・各種相談<br/>PC・適職診断</small>                                   | 4<br><small>キャリア相談・各種相談<br/>PC・適職診断<br/>★モノづくり就職説明会</small> | 5<br><small>キャリア相談・各種相談<br/>PC・適職診断</small>                              | 6<br><small>子育て家庭の就職相談会<br/>@親子ふれあい広場 市役所<br/>●心理相談<br/>(時間:相談メニュー確認)</small> | 7<br><small>休</small>               |
| 9<br><small>キャリア相談・各種相談<br/>PC・適職診断</small>  | 10<br><small>ハローワーク下関<br/>出張相談(貴船)<br/>メイク<br/>&amp;証明写真セミナー</small>          | 11<br><small>建国記念の日<br/>2.11</small>                        | 12<br><small>キャリア相談・各種相談<br/>PC・適職診断<br/>働くルールを知ろう</small>               | 13<br><small>キャリア相談・各種相談<br/>PC・適職診断</small>                                  | 14<br><small>休</small>              |
| 16<br><small>キャリア相談・各種相談<br/>PC・適職診断</small> | 17<br><small>コラージュを作ろう<br/>ハローワークプラザ下関<br/>出張相談(リピエ)</small>                  | 18<br><small>キャリア相談・各種相談<br/>PC・適職診断</small>                | 19<br><small>キャリア相談・各種相談<br/>PC・適職診断<br/>心を整える<br/>メンタルセミナー</small>      | 20<br><small>キャリア相談・各種相談<br/>PC・適職診断</small>                                  | 21<br><small>★開所<br/>13:00~</small> |
| 23<br><small>天皇誕生日</small>                   | 24<br><small>キャリア相談・各種相談<br/>PC・適職診断<br/>子育て家庭の就職相談会<br/>@こどもはらっぱ 綾羅木</small> | 25<br><small>キャリア相談・各種相談<br/>PC・適職診断</small>                | 26<br><small>キャリア相談・各種相談<br/>PC・適職診断<br/>●心理相談<br/>(時間:相談メニュー確認)</small> | 27<br><small>キャリア相談・各種相談<br/>PC・適職診断</small>                                  | 28<br><small>休</small>              |



しものせき  
サポステ  
公式LINE



下関市 せきまる



■750-0025  
下関市竹崎町4-4-8 シーモール4F  
■開所時間 月~金 10:00~18:00  
第3土曜日 13:00~18:00  
『ご相談受付/17:00まで』

● しものせき若者サポートステーションは  
学校法人Y I C学院が厚生労働省・山口県の委託を  
受け運営しています。

■ MAIL info@shimo-sapo.com  
■ HP http://shimo-sapo.com/  
■ TEL 083-242-9490  
■ FAX 083-242-9491



| 相談メニュー<予約制>                  | 内 容  | 日 時               |   |
|------------------------------|--|-------------------|---|
| キャリア相談(ご本人)<br>(2回目以降オンライン可) | 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。オンライン対応有            | 月~金               | ①10:30~11:30 ②13:00~14:00<br>③14:30~15:30 ④16:00~17:00<br>⑤その他の時間はご相談ください |
| 心理相談<br>(ご本人・ご家族)            | お仕事のことやそれ以外の日頃の悩み事や心の相談をどうぞ。何でもお気軽にお話しください。                  | 2/6(金)<br>2/26(木) | ①13:00~ ②14:30~ ③16:00~<br>④13:00~ ⑤14:30~ ⑥16:00~                        |
| ハローワーク下関<br>貴船町/出張相談会        | 適職診断・パソコンスキルチェックご相談、求職者登録や求人検索のお手伝いをします。<br>就職のご相談もどうぞ。      | 2/10(火)           | ①13:30~14:30 ②15:00~16:00   |
| ハローワークプラザ下関<br>JR下関駅リピエ/出張相談 |  | 2/17(火)           | ①13:30~14:30 ②15:00~16:00   |
| PCスキルチェック<br>(ご本人)           | パソコンのスキルチェックでどれくらい使いこなせるか確認しましょう。<br>(Word/Excel/PowerPoint) | 月~金               | ①10:30~11:30 ②13:00~14:00<br>③14:30~15:30 ④16:00~17:00<br>⑤その他の時間はご相談ください |



# しものせき 若者サポートステーション

あなたの「働く」をサポート

サポステ  
地域若者サポートステーション  
厚生労働省  
山口労働局

## しものせきサポステからのお知らせ

就活に役立つ！ビジネスメイク＆証明写真



2月10日（火）13:00~15:00

下関大丸7Fイベントスペース

見た目や第一印象は就活でもとっても大事です！  
身だしなみを整え証明写真を撮ってみませんか。  
スーツ、メイク道具持参！男女問わず、ご参加OK

### 働くルールを知ろう



2月12日（木）10:30~12:00

下関大丸7Fイベントスペース

安心して働くために知っておきたい労働のルール！  
社労士の先生がわかりやすく解説します。

### コラージュを作ろう



2月17日（火）10:10~12:00

下関大丸7Fイベントスペース

好きな素材を組み合わせて、自分だけの世界を表現するコラージュ作り。参加者と交流しながら楽しみましょう。

### 心を整えるメンタルセミナー



2月19日（木）13:30~15:30

下関大丸7Fイベントスペース

NPO法人Nestの石川章先生による心を整えるメンタルセミナー。日々のストレスとの向き合い方や気持ちを軽くするヒントが見つかるかも！

6(金)  
24(火)

### 子育て家庭の就活相談会



事前予約制 無料

【場所】2/6(金) 親子ふれあい広場/下関市役所  
☎083-231-1353

2/24(火) こどもはらっぱ/綾羅木  
☎083-250-9902

【時間】10:30~11:30

お子様とご一緒に、ご参加可能です。

21(土)

### 毎月第3土曜日午後開所

毎月、第3土曜日の13:00~18:00は  
開所いたします。  
相談時間も変更になっておりますので  
改めてご確認ください。

### しものせき若者サポートステーション

**TEL 083-242-9490**  
**FAX 083-242-9491**

(P) 有/駐車券をお持ちください



■750-0025

下関市竹崎町4-4-8 シーモール下関

■開所時間 月~金 10:00~18:00

『第3土曜日13:00~18:00』

シーモール

9  
山の田

ウイング南  
山口銀行本店

シーモールバス

下関市役所

シーモール

シーモール