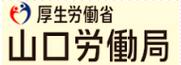




しものせき 若者サポートステーション

あなたの「働く」をサポート



● 令和8年3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 ●キャリア相談 ●各種相談 ●PC ●適職診断	3 ●キャリア相談 ●各種相談 ●PC ●適職診断	4 ●キャリア相談 ●各種相談 ●PC ●適職診断	5 ●キャリア相談 ●各種相談 ●PC ●適職診断	6 ♥子育て家庭の就職相談会 @親子ふれあい広場 市役所	7 休
9 ●キャリア相談 ●各種相談 ●PC ●適職診断	10 ●ハローワーク下関 出張相談(貴船)	11 ●キャリア相談 ●各種相談 ●PC ●適職診断	12 ●キャリア相談 ●各種相談 ●PC ●適職診断 ●心理相談 (時間:相談メニュー確認)	13 ♥心理ヨガセミナー 10:30~12:00 ♥メンタルセミナー 13:00~14:30	14 休
16 ♥サポステ交流会 春の菜づくり 10:00~12:00	17 ●ハローワークプラザ下関 出張相談(リビエ)	18 ●キャリア相談 ●各種相談 ●PC ●適職診断	19 ♥派遣の働き方セミナー 13:30~15:00	20 春分の日 	21 休
23 ●キャリア相談 ●各種相談 ●PC ●適職診断	24 ●キャリア相談 ●各種相談 ●PC ●適職診断	25 ●キャリア相談 ●各種相談 ●PC ●適職診断 ●心理相談 (時間:相談メニュー確認)	26 ●キャリア相談 ●各種相談 ●PC ●適職診断	27 ●キャリア相談 ●各種相談 ●PC ●適職診断	28 <small>OPEN</small> ★開所 13:00~
30 ●キャリア相談 ●各種相談 ●PC ●適職診断	31 ●キャリア相談 ●各種相談 ●PC ●適職診断	しものせき若者サポートステーションは4月から「海峡メッセ下関」4Fに移転します 4月からは相談スケジュールが変更になりますのでHP等でご確認ください 3月の 土曜日開所は28日(土) に変更になります			

◆しもサポHP ◆Facebook ◆LINE

しものせき
サポステ
公式LINE



● 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。



下関市竹崎町4-4-8 シーモール4F [3月まで]
■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』

■ 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) (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 ①10:30~11:30 ②13:00~14:00 ③14:30~15:30 ④16:00~17:00 ⑤その他の時間はご相談ください
心理相談 (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 にお話ください。	3/12(木) ①13:00~ ②14:30~ ③16:00~ 3/25(水) ④13:00~ ⑤14:30~ ⑥16:00~
ハローワーク下関 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。	3/10(火) ①13:30~14:30 ②15:00~16:00
ハローワークプラザ下関 JR下関駅リビエ/出張相談	就職のご相談もどうぞ。	3/17(火) ①13:30~14:30 ②15:00~16:00
PCスキルチェック (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。 (Word/Excel/PowerPoint)	月~金 ①10:30~11:30 ②13:00~14:00 ③14:30~15:30 ④16:00~17:00 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



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

事前予約制

心理ヨガセミナー



3月13日 (金) 10:30~12:00
下関大丸7Fイベントスペース

心もカラダもストレスの多い時代ですね。皆さんは、ゆっくりと呼吸できていますか。心身ともにリラックスできる時間です。

メンタルセミナー心のセルフケア



3月13日 (金) 13:00~14:30
下関大丸7Fイベントスペース

「こころのセルフケア」を学び気持ちを整える手段を知って日常に活用できるようになりましょう。

春の菜作りワークショップ



3月16日 (月) 10:00~12:00
下関大丸7Fイベントスペース

自分だけのオリジナル菜を作ってみませんか。好きな色を選んで、世界にひとつだけの作品が完成します。手先を動かしながら、リラックスして楽しめるワークショップです。

派遣の働き方セミナー



3月19日 (木) 13:30~15:00
下関大丸7Fイベントスペース

派遣という働き方を知っていませんか? 「派遣」のメリット・デメリットなど、丁寧にご説明いたします。気軽に質問できる座談会も!

子育て家庭の就活相談会



3月6日 (金) 10:30~11:30
親子ふれあい広場/下関市役所

☎083-231-1353
お子様とご一緒に、ご参加可能です。

適職診断~キャリアインサイト~



パソコンを利用し簡単な質問に答え、職業選択に役立つ「能力」「職業興味」「価値観」「行動特性」「性格・傾向チェック」「総合評価」の結果を参考にします。

しものせき若者サポートステーション

2026年4月~海峡メッセ下関4Fに移転します
開所・相談時間はホームページや4月からのご案内をお確かめください

2026年3月までは
シーモール4Fです

MOVE TO

事務所移転のご案内

このたび「しものせき若者サポートステーション」は2026年4月1日より下記へ移転し、業務を行うこととなりました。何とぞご高承の上、一層のお引き立てを賜りますようお願い申し上げます。



新住所

☎750-0018
山口県下関市豊前田町3丁目3-1
海峡メッセ下関4F
TEL ☎083-242-9490 FAX ☎083-242-9491
✉ info@shimo-sapo.com
🌐 https://shimo-sapo.com/

2026年3月
しものせき若者サポートステーション



しものせき若者サポートステーション
ぜひお立ち寄りください!

■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』
TEL 083-242-9490
FAX 083-242-9491

①有/ 駐車券をお持ちください

シーモール

