

長崎サポステって・・・？

サポステでは、就活に不安を抱えている、15歳から39歳までの若者の**就職支援**を行っております。専門の相談員が一人ひとりに寄り添って支援します。**ご利用は無料**です、ぜひご利用ください！

支援の流れ（サポステ4つのステップ）

- ・**ステップ1**
 キャリアコンサルタント、臨床心理士など
 専門の相談員によるカウンセリング
 - ・**ステップ2**
 グループワーク（ボランティア、スポーツ等）や
 セミナーなどへの参加
 - ・**ステップ3**
 職場体験
 - ・**ステップ4**
 就活に向けての各種支援
 （求人検討、模擬面接、応募書類添削など）
- ※サポステの支援を経て就職した方に、定着、さらなるステップアップのための相談も受付けております。
 ※ご本人の希望や、状況によって他の機関をご紹介することも可能です。

ながサポ通信・3月

NEW

就活ジョブクラブ

シーズン4 スタート！

私たちと一緒に楽しく就職活動してみませんか？

就活ジョブクラブは、「働くこと」について楽しく学び、自ら考え、本気で就職するために自ら行動をする就職活動です。

就職活動を行うに当たって、1人では何から始めればいいのかかわからない…そんな皆さん、ぜひご参加ください！

3月のイベント案内

スケジュールの詳細は裏面に！

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
26	27	28	01 ♪ミニたみ作り 13:00～15:30	02 キャリアカウンセリング	03
05 キャリアカウンセリング	06 ★ジョブクラブ／若い人に期待されていること 13:30～15:00	07 キャリアカウンセリング	08 ★ジョブクラブ／Excel講座 13:30～15:00	09 心理士のコミトレ 13:00～14:00	10 ステップアップ相談日 (3日前の予約必要)
12 ★職業人講話「今職場で起こってる諸問題」 13:30～15:00	13 キャリアカウンセリング	14 キャリアカウンセリング	15 ★ジョブクラブ／メンタルヘルスを学ぼう！ 13:30～15:00	16 キャリアカウンセリング	17
19 ♪バド大会ルール会議 13:30～15:00	20 ★ジョブクラブ／コミトレ会話上手になろう！ 13:30～15:00	21 春分の日	22 ★ジョブクラブ／ビジネスマナー講座 13:30～15:00	23 キャリアカウンセリング	24
26 ♪バドミントン大会 12:30～15:00	27 ★ジョブクラブ／求人票の見方 13:30～15:00	28 キャリアカウンセリング	29 キャリアカウンセリング	30 キャリアカウンセリング	31

★マークが「就活ジョブクラブ」♪マークが「キャリア開発プログラム」です。

スケジュールは変更になる可能性があります。新規の方やワークが必要な方を優先する場合があります。

こんな方もぜひサポステにおこしてください！

働きたい！…けど…

どうしたらいいのかわからない！

- ・自信がなくて、一歩が踏み出せない
- ・コミュニケーションが苦手で不安
- ・人間関係のつまずきで退職しました
- ・ブランクが長くなって、どうすればいいのかな…
- ・学校を中退したんだけど、支援してもらえるのかな？



3月のイベント詳細

ジョブクラブ 第4クール			
3月6日(火)	13:30~15:00	★ジョブクラブ ~若い人に期待されていること~	浜、太田
今の若い方に期待されていることについて、先生方がお話しします！			
3月8日(木)	13:30~15:00	★会社で使うかも？ Excel 使えますか？	竹野
Excelの講座です、わかりやすく教えます			
3月12日(月)	13:30~15:00	★職業人講話 溝口隆士「今、職場で起こっている諸問題」	浜、太田
元長崎労働基準監督署署長の溝口隆士先生にブラック企業等、職場の諸問題について話をさせていただきます！			
3月15日(木)	13:30~15:00	★働くのに必要なココロの話 メンタルヘルスを学ぼう！	吉田
社会人はココロのケアも大切、メンタルヘルスについて学びましょう			
3月20日(火)	13:30~15:00	★コミュニケーショントレーニング 会話上手になろう！	朝長
会話上手になるためのコミュニケーショントレーニングです			
3月22日(木)	13:30~15:00	★マナー講座~いまさら聞けない？ ビジネスマナー	田中
社会に出て必要なビジネスマナーについて学びます			
3月27日(火)	13:30~15:00	★求人票の読み方を知る！	江頭
求人票の見方について、くわしく教えます！			
キャリア開発プログラム など			
3月1日(木)	13:00~15:30	♪ミニたたみを作っちゃおう！	北園
職業マイスターの先生がたたみの作り方を教えます！持ち帰れますよ！			
3月9日(金)	13:00~14:00	臨床心理士のコミュニケーショントレーニング	井上
毎月おなじみ、臨床心理士のコミュニケーショントレーニングです			
3月19日(月)	13:30~15:30	♪バドミントン大会のルールをみんなで考えよう！	北園
3月26日にあるバドミントン大会のルールをみんなで考えましょう			
3月26日(月)	12:30~15:30	♪長崎サポステ バドミントン大会	北園
バドミントン大会、みんなで楽しみましょう！			

まずは、お問い合わせください！

TEL: 095-823-8248

長崎市大黒町3-1 長崎交通産業ビル5階 (長崎駅すぐ)

受付時間: 10:00~16:00 (月~金)

長崎サポステ

検索

■就職何でも相談会 in ハローワーク■

- ・ハローワーク長崎
3月22日(木) (13:00~16:00)
- ・ヤングハローワーク長崎
3月13日(火)、27日(火) (13:00~16:00)
- ・ハローワーク大村
3月9日(金)、23日(金) (13:00~15:30)
- ・ハローワーク諫早
3月7・14日(水) 22日(木) (10:00~16:00)
- ・ハローワーク島原
3月16日(金) (13:00~16:00)

