

ながサポ通信・1月

長崎サポステって・・・？

長崎サポステでは、**厚生労働省からの委託事業**として、就活に対して不安を抱えている、15歳から39歳までの若者への**就職支援**を行っています。

- 自分に自信が持てなくて、一歩が踏み出せない
- コミュニケーションが苦手な不安・・・
- ブランクが気になって先に進めない・・・
- 自分にはどんな仕事に向いているんだろう・・・
- 働きたいけど、どうしたらいいのかわからない・・・

など、様々な悩みを持っている方に対して、専門の相談員がお一人お一人に寄り添って支援を行っています。ご家族の方のご相談も承っています。



支援の内容

- **カウンセリング**
キャリアコンサルタント、臨床心理士などの専門の相談員によるカウンセリング
- **グループワーク**
コミュニケーショントレーニング、就活セミナー、自己啓発セミナー、ボランティア、軽スポーツなど。
- **職場体験**
すぐに仕事をするのが不安な方には、まず職場体験から。
- **就活支援**
自己PR検討、応募先検討、応募書類作成支援・添削、面接練習など。
- **就職後のお悩み相談**
ステップアップのお手伝いをします。

☎ 095-823-8248 <E-mail> info@nagasaki-saposute.com <HP> http://nagasaki-saposute.com/



ご利用は無料!



一緒に就活しよ!

～1月のスケジュール～

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
31	01	02	03	04	05
	スケジュールの詳細は裏面に!↷			休館日	休館日
07	08	09	10	11	12
キャリアカウンセリング	キャリアカウンセリング 七草粥&書き初め (参加費100円)	キャリアカウンセリング	キャリアカウンセリング	キャリアカウンセリング 初詣で&歴史ウォーク	ステップアップ相談日 3日前迄予約必要
14	15	16	17	18	19
休館日 (成人式)	キャリアカウンセリング 鏡開き (参加費100円)	キャリアカウンセリング	キャリアカウンセリング パワーポイント(好きな モノをプレゼンしよう)	キャリアカウンセリング 自分探し (自己理解しよう)	休館日
21	22	23	24	25	26
キャリアカウンセリング	キャリアカウンセリング 里親ボランティア	キャリアカウンセリング 講話 (最近の労働問題)	キャリアカウンセリング	キャリアカウンセリング 心理士のコミトレ	ステップアップ相談日 3日前迄予約必要
28	29	30	31	01	02
キャリアカウンセリング	キャリアカウンセリング 朗読会	キャリアカウンセリング	キャリアカウンセリング スポーツ(卓球)		

★キャリアカウンセリングは、平日の月～金曜日(受付時間 10時～16時)に承っています。

★心理士へのご相談は、毎週金曜日(受付時間 14時～16時)に承っています。

★サポステの支援で就職されてお仕事を継続されている方を対象にしたステップアップ相談は、第一・第三金曜日定時後、または第二・第四土曜日に承っています。

★グループワーク、ハローワーク出張相談会の詳細については裏面をご覧ください。

— 平成31年1月グループワーク予定表 —

月日	グループワーク内容	主担当
1月8日 (火)	七草粥を食べて、書き初めしよう！ ～年の初めと言えば七草粥！ みんなで食べて、1年の目標を書き初めしましょう！～ 11時30分～15時（参加費100円）	江頭
1月11日 (金)	初詣でと歴史ウォーク♪ ～諏訪神社とその方面の史跡めぐり～ 13時30分～15時	吉田
1月15日 (火)	鏡開き♪ ～鏡開きの後、ぜんざいを振舞いますので是非ご参加ください～ 13時30分～15時（参加費100円）	江頭
1月17日 (木)	パワーポイント♪ ～自分の好きなモノをプレゼンテーションしよう！～ 13時30分～15時	竹野
1月18日 (金)	自分探し♪ ～就活の始まりは自己理解から～ 13時30分～15時	朝長
1月22日 (火)	里親ボランティア ～街角清掃で気分もスッキリ♪～ 13時30分～15時	小野
1月23日 (水)	講話「最近の労働問題について」 講師：元労働基準監督署署長 溝口隆士氏 13時30分～15時	江頭
1月25日 (金)	心理士のコミュニケーショントレーニング 14時～15時30分	草野
1月29日 (火)	朗読会 ～声に出して読んで心をほっこりさせましょう♪～ 13時30分～15時	渡辺
1月31日 (木)	スポーツ（卓球）～心身ともにリフレッシュしましょう！～ 12時30分～15時30分（出発12時30分）	江頭

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

E-mail：info@nagasaki-saposute.com

■就職何でも相談会 in ハローワーク■

◆ヤングハローワーク長崎（13:00～16:00）

1月8日（火）、22日（火）

◆ハローワーク諫早（10:00～16:00）

1月9日（水）、16日（水）、23日（水）

◆ハローワーク大村（13:00～16:00）

1月10日（木）、17日（木）、24日（木）

◆ハローワーク島原（13:00～16:00）

1月18日（金）