

# ながサポ通信・2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/



**一緒に就活しよう！**



**ご利用は無料！**

## ～2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
28	29	30	31	01	02
スケジュールの詳細は裏面に！			↶	キャリアカウンセリング	
04	05	06	07	08	09
キャリアカウンセリング	コンセンサスゲーム キャリアカウンセリング	キャリアカウンセリング	パソコン講座 キャリアカウンセリング	キャリアカウンセリング	ステップアップ相談日 (3日前迄の予約必要)
11	12	13	14	15	16
建国記念日	キャリアカウンセリング	キャリアカウンセリング	知って役立つ労働法 キャリアカウンセリング	ランタンウォーク キャリアカウンセリング	
18	19	20	21	22	23
キャリアカウンセリング	アサーショントレーニング キャリアカウンセリング	キャリアカウンセリング	卓球 キャリアカウンセリング	心理士のコミュレ キャリアカウンセリング	ステップアップ相談日 (3日前迄の予約必要)
25	26	27	28	01	02
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	キャリアカウンセリング	自己アピール キャリアカウンセリング		

★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2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
2月5日 (火)	コンセンサスゲーム ～他の人と合意形成しながら進めていくゲームです♪～ 13時30分～15時	渡辺
2月7日 (木)	パソコン講座 ～差し込み印刷について学ぼう♪～ 13時30分～15時	竹野
2月14日 (木)	知って得する労働法 ～楽しく労働法を学びましょう♪～ 13時30分～15時	江頭
2月15日 (金)	ランタンウォーク ～ランタンフェスティバル開催中の町中を歩いてみませんか?～ 13時30分～15時	吉田
2月19日 (火)	アサーショントレーニング ～自分も相手も尊重する接し方について考えてみませんか?～ 13時30分～15時	小野
2月21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
2月22日 (金)	心理士のコミュニケーショントレーニング ～毎月恒例! コミュニテです♪～ 14時～15時30分	草野
2月26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
2月28日 (木)	自己アピールについて ～自分のいいところをアピールするには?～ 13時30分～15時	朝長

## サポステスタッフによる出張相談会

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

■ 2月の就職何でも相談会 in ハローワーク ■

◆ヤングハローワーク長崎 (担当 江頭)  
(13:00～16:00) 5日(火)・19日(火)

◆ハローワーク諫早 (担当 竹野)  
(10:00～16:00) 6日(水)・13日(水)・20日(水)

◆ハローワーク大村 (担当 朝長)  
(13:00～16:00) 7日(木)・14日(木)・21日(木)

◆ハローワーク島原 (担当 竹野)  
(13:00～16:00) 15日(金)