

月	火	水	木	金	土	日	
<p>プログラム参加は事前にサポステの登録及び予約が必要です。締切を記載していないプログラムは前日までに予約してご参加ください。</p> 					<p>1</p> <p>VRT職業興味検査 サポステ出雲 10:00~12:00 14:00~16:00</p>	<p>2</p>	<p>3</p>
<p>4</p>	<p>5</p> <p>PC練習 (基礎) サポステ松江 ①10:00 ②11:00</p> 	<p>6</p>	<p>7</p> <p>出雲出張相談会 ①13:00②14:00 ③15:00 場所：出雲市役所 403会議室</p>	<p>8</p> <p>大田出張相談会 ①10:00②11:00 場所：ハローワーク 石見大田</p> <p>VRT職業興味検査 サポステ松江 10:00~12:00</p>	<p>9</p> <p>開所日 松江・出雲</p> 	<p>10</p>	
<p>11</p> <p>PC練習 (基礎) サポステ出雲 ①10:00 ②11:00</p> 	<p>12</p> <p>面接練習 サポステ出雲 14:00~16:00</p>	<p>13</p>	<p>14</p> <p>出雲出張相談会 ①13:00②14:00 ③15:00 場所：出雲市役所 501会議室</p> <p>安来出張相談会 ①14:00②15:00 場所：ハローワーク安来</p>	<p>15</p> <p>VRT職業興味検査 サポステ出雲 10:00~12:00 14:00~16:00</p>	<p>16</p>	<p>17</p>	
<p>18</p> <p>生活セミナー サポステ松江 14:00~15:30</p>	<p>19</p> <p>PC練習 (基礎) サポステ松江 ①10:00 ②11:00</p> <p>面接練習 サポステ出雲 14:00~16:00</p>	<p>20</p> <p>職場見学ツアー サポステ出雲</p>	<p>21</p> <p>出雲出張相談会 ①13:00②14:00 ③15:00 場所：出雲市役所 501会議室</p>	<p>22</p> <p>VRT職業興味検査 サポステ松江 10:00~12:00</p> <p>スポーツの日 サポステ松江 14:00~15:30</p> 	<p>23</p>	<p>24</p>	
<p>25</p> <p>PC練習 (基礎) サポステ出雲 ①10:00 ②11:00</p> <p>ボランティア活動 サポステ松江</p>	<p>26</p> <p>面接練習 サポステ出雲 14:00~16:00</p>	<p>27</p> <p>雲南出張相談会 ①13:00②14:00 ③15:00 場所：ハローワーク雲南</p>	<p>28</p> <p>出雲出張相談会 ①13:00②14:00 ③15:00 場所：出雲市役所 403会議室</p> <p>ボランティア活動 サポステ出雲</p>	<p>29</p> <p>みどりの日</p>	<p>30</p> <p>開所日 松江・出雲</p> 		

ご予約は、事前にサポステまで

新型コロナウイルス感染拡大の状況に応じて、相談、セミナー、出張相談会を変更する場合があります。

サポステ松江（いきいきプラザ島根 1F）  
TEL：0852-33-7710 FAX：0852-33-7712  
e-mail：matsue-sapo@roukyou.gr.jp

サポステ出雲（渡橋町398 正友ビル 2F）  
TEL：0853-31-6663 FAX：0853-31-6767  
e-mail：izumo-sapo@roukyou.gr.jp

4月号

サポステ  
松江・出雲  
新聞

## ハローワークガイダンスを行いました!

和やかな雰囲気ですポステとハローワークの  
の違いについて学びました。  
それぞれの特徴について理解を深め発見の  
ある時間となりました。



参加者の声

心構えに変化が  
あった!

厳しいと思って  
いたが行きやす  
いのかな!



## 支援プログラム

- ・ 個別相談・・・担当スタッフがじっくりお話を聞きます
- ・ VRT職業興味検査・・・自分の持ち味を活かせる職業を探します
- ・ PC練習・・・テキストを使ってWord/Excel等の基礎を学びます
- ・ 面接練習・・・本番さながらの面接を練習します
- ・ ボランティア活動・・・簡易事務補助作業をしています
- ・ スポーツ・・・バドミントンや卓球などを行い体力をつけます

**ご利用は無料**

### 開所時間

月曜日～金曜日 9:30～17:30

(木曜日 9:30～19:00)

第2・5土曜日 9:30～17:30

その他の土日祝日・年末年始除く