


サポステ浜田 11月カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
		1 ☆適職診断の日 	2 農業体験プログラム さつまいも収穫 13:30~15:00 	3 文化の日	4	5
6	7	8 出張相談会 パレット江津 ①11:00~ ②12:00~	9 就労セミナー 「ストレスマネジメント」 13:30~15:00 ※参加希望者は前日までに要連絡(準備物があります。)	10 臨床心理士セミナー 13:00~15:00	11 ☆適職診断の日 	12 開所日 
13	14 サポステスポーツ 「卓球」 10:00~12:00 	15 出張相談会 日原保健福祉センター 10:30~12:00 津和野町民センター 13:30~15:00	16 出張相談会 ハローワーク浜田 ①13:00~ ②14:00	17 キャリコンセミナー 「自己PRを考える」 13:30~15:00	18 ☆適職診断の日 	19
20	21 楽しく学ぶ コミュニケーション 講座 13:30~15:00	22 ボランティア サポステ新聞発送作業 10:00~12:00 ☆適職診断の日 	23 勤労感謝の日	24 出張相談会 邑南町 元気館 ①14:00~ ②15:00~	25 出張相談会 ハローワーク益田 ①11:00~ ②12:00~	26
27	28	29 キャリコン相談 ①13:00~ ②14:00~	30 OB会 13:30~15:00	※新型コロナウイルスの状況により プログラムが変更、中止になる場合があります。 詳しくはサポステ浜田まで、お問い合わせください。		

開所時間 ●月~金曜日 9:30~17:30
 ●毎週木曜日 9:30~19:00
 ●毎週第2・第5土曜日は開所

サポステ浜田新聞11月号

今月のプログラム

- 11月2日(水) 農業体験プログラム「さつまいも収穫」
- 11月9日(水) 就労セミナー「ストレスマネジメント」
- 11月14日(月) サポステスポーツ「卓球」
- 11月17日(木) キャリコンセミナー「自己PRを考える」
- 11月21日(月) 楽しく学ぶコミュニケーション講座
- 11月22日(火) サポステ新聞発送ボランティア



11月10日(木)

臨床心理士セミナー

「認知行動療法」

13:00～15:00

臨床心理士の方によるセミナー
が開催されます！この機会をお
見逃しなく！

※事前予約が必要です。
詳しくはサポステまで、
ご連絡ください！

11月30日(水) **OB会**

13:30～15:00

サポステを利用して現在働いておられる方もいろいろな悩み、
不安をお持ちのことと思います。問題をひとりで抱え込まず、
同じ立場の方々がつながり交流する場です。
多数のご参加をお待ちしております。

適職診断の日



- ①11月1日(火) ②11月11日(金)
- ③11月18日(金) ④11月22日(火)

職業興味検査を通して、自分の職業興味や傾向を分
析し、その結果から、将来のキャリアプランを考えていき
ます！（電話かメールでご予約下さい）

島根県地域若者サポートステーション サポステ浜田

〒697-0016 島根県浜田市野原町1826-1 いわみーる1F

Tel 0855-22-6830 Fax 0855-25-9020