

あなたの
「働きたい」
を応援します！



サポステ 松江 新聞

地域若者サポートステーション

4^{R7}月

働くことの「悩み相談」から
「職場定着」までサポート！

ご利用は無料
要予約

「サポステ」は、働くことに悩みをかかえる 15歳～49歳 までの方に無料で就労支援を行う厚生労働省の支援機関。様々な就労支援プログラムを通じてあなたの「働きたい」という気持ちを応援します。お気軽にご相談ください。

サポステ利用の流れ

15歳～49歳の方、またそのご家族からのご相談もお受けしています。

1 予約

まずはお電話かメールでご予約を

2 相談

お悩みをしっかりと聞きます

3 各種支援

無料の就労支援プログラムであなたの力を引き出します

4 就職

就職活動に必要な情報を提供し就職に向けてサポート

5 定着支援

就職後も職場定着をサポート！

4月の主なプログラム

ご利用は無料です
お気軽にご相談を



松江 4月 24日(木) 11:00～12:00
キャリアコンセミナー
キャリアコンサルタントがお仕事に役立つ社会人スキルを楽しくお伝えします

出雲 4月 11日(金) ①13:00 ②14:00
臨床心理士 カウンセリング
こころの専門家 臨床心理士が悩んでいる気持ちに寄り添いお話をうかがいます

松江 4月 25日(金) 14:00～15:00
軽作業 ボランティア
チラシの封入作業を通じて働くことの楽しさを体験コミュニケーション力も向上します

出雲 4月 17日(木) 9:30～
図書館除草 ボランティア
図書館周辺の除草作業で気持ちよい汗をかいてこころと体をリフレッシュ

その他各種プログラムは裏面

OPEN

月火水金 9:30～17:30
木 9:30～19:00
第2,第5土 9:30～17:30
その他,土日祝,年末年始は休

しまね 東部若者
サポートステーション

matsue-saposute.com



サポステ 松江
地域若者サポートステーション
松江市東津田町1741-3 いきいきプラザ島根1F
☎0852-33-7710
✉matsue-sapo@roukyou.gr.jp

サポステ 出雲
地域若者サポートステーション
出雲市今市町北本町4-4-11
☎0853-31-6663
✉izumo-sapo@roukyou.gr.jp

サポステ 松江/出雲 プログラムカレンダー

ご利用は無料
要予約



サポステ公式
キャラクター
わーくまーくん
わーくまーちゃん

4月 R7

月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3 出雲出張相談会 出雲市役所501会議室 ①13:00 ②14:00 ③15:00	4	5 CLOSED	6 CLOSED
7 まずは 気軽にご連絡 ください	8	9	10 安来出張相談会 ハローワーク安来 ①14:00 ②15:00 出雲出張相談会 出雲市役所501会議室 ①13:00 ②14:00 ③15:00	11 出雲 臨床心理士 カウンセリング ①13:00 ②14:00 大田出張相談会 ハローワーク石見大田 ①10:00 ②11:00	12 土曜開所日	13 CLOSED
14 松江 臨床心理士 カウンセリング ①10:00 ②11:00	15	16	17 出雲 ボランティア 図書館除草 9:30~ 出雲出張相談会 出雲市役所501会議室 ①13:00 ②14:00 ③15:00	18	19 CLOSED	20 CLOSED
21 出雲 14:00~ キャリアコンセミナー	22	23	24 松江 11:00~ キャリアコンセミナー 出雲出張相談会 出雲市役所403会議室 ①13:00 ②14:00 ③15:00	25 出雲 13:00~ 職場見学ツアー 松江 14:00~ 軽作業ボランティア	26 CLOSED	27 CLOSED
28	29 昭和の日 CLOSED	30 出雲 ボランティア 駅舎清掃 9:00~ 雲南出張相談会 ハローワーク雲南 ①13:00 ②14:00 ③15:00	31	プログラム参加は事前にサポステの登録と 予約が必要です。締切の記載がないプログラム は前日までに予約をお願いします。 VRT職業興味検査、GATB職業適性検査、 PC練習、応募書類添削、面接練習は、 随時受付します。		

サポステ各種プログラム

VRT職業興味検査

職業への興味と自信を調べ、自己理解を深めることで、職業と自分について考えます。

PC練習

テキストを使って、WordやExcelなど、就業に必要な基礎的なPCスキルを学びます。

キャリアコンセミナー

キャリアコンサルタントによる専門的なセミナーで、自己理解をさらに深めます。

職場体験ジョブトレ

実際の職場に入って職業体験。3日から最長3カ月までの体験で職業理解を深めます。

GATB職業適性検査

自分の能力にあった職業を調べ、希望の職種に就くために必要な能力を把握します。

ボランティア活動

事務作業や駅舎清掃などのボランティア活動を通じて、仕事の楽しさを学びます。

職場見学ツアー

様々な業種を見学することで、職業理解を深め、興味のある職種を広げます。

応募書類・面接練習

履歴書の添削や面接練習を通して、応募時に必要なスキルを養います。

JR松江駅

国道9号線



津田小

松江市東津田町
1741-3
いきいきプラザ
島根1F

松江バイパス

松江東IC

松江合庁



もち吉

出雲市今市町
北本町
4-4-11

田中稲苗

今市小

スター
パックス

商工
会議所

今市交差点

国道 184 号線