

あなたの  
「働きたい」  
を応援します！

# saposute 松江 12月 R7

島根県地域若者サポートステーション 新聞

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委託の支援機関。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します

### 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！

## ポスター リニューアル！



11月より、全国のサポステで使用するポスターやチラシがリニューアルされました！  
新たな広報キャラクターはタレントの「テツandトモ」さん。キャッチコピーは、

「働いたための一歩」  
きっかけって、なんだろう？

サポステは、みなさんの働きたいという気持ちに寄り添い、働くための第一歩からサポートする場所。悩みや不安がある方にも、一歩を踏み出すためのきっかけになればと思います。

テツandトモさんが出演する新しい動画も公開されています→



## プログラムの一部を紹介します

### 臨床心理士 カウンセリング

12/12(金)  
出雲

12/15(月)  
松江

就職活動や仕事を続けていく上では、さまざまなこころの悩みを抱える事があります。こころの専門家、臨床心理士がじっくりとお話をお聞きし、悩みや不安によりそいます。

上記相談日以外でも、松江では毎週月曜と金曜に臨床心理士が勤務しています。



### ストレスマネジメント セミナー

12/15(月)  
14:00～

サポステ  
松江

ストレスは疲れややる気の低下などにつながることもあれば、逆に目標達成のための動機付けになったりポジティブにはたらくこともあります。ストレスとの付き合い方を学び、仕事や生活に活かしてみよう。



予約が必要です。まずはお気軽にご連絡ください。

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