

あなたの  
「働きたい」  
を応援します！

saposute  
サポステ 松江  
島根県地域若者  
サポートステーション  
新聞

2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  
お聞きます

### 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！

プログラムの一部を紹介します！

## 松江 合同企業説明会

3月開催！

3.9  
(月)

14:00  
16:30  
受付13:30～

いきいきプラザ島根  
1階体育館  
(松江市東津田町1741-3)  
※サポステ松江がある建物です

「働きたいけれど、何から始めたらいいかわからない」  
そんなあなたに向けた合同企業説明会をサポステ松江で  
開催します。10社の企業が集まり、仕事内容や職場の雰  
囲気などを直接聞くことができます。

参加申込はこちらから↑



参加  
企業

株式会社彩雲堂・さんびるホールディングス株式会社  
株式会社さんれいフーズ・株式会社CGSコーポレーション  
有限会社白石家・大昌株式会社・総合病院松江生協病院  
松川商事株式会社・社会福祉法人みつこ福祉会  
社会福祉法人陽恵福祉会 (50音順)

## AIチャレンジプログラム

Chat  
GPT

×

Canva

AIを活用したツール「ChatGPT」と「Canva」の使  
い方を学び、Ricohから制作依頼を受けて成果物  
を作り上げます。実際の業務に近い形で課題に取り  
組み、働くことへの具体的なイメージを育みます。

2.9 (月)

プログラム紹介  
ChatGPT講座

2.10 (火)

Canva講座  
成果物依頼

2.13 (金)

Ricoh社員トーク  
セッション・制作

2.17 (火)

制作・依頼企業  
との内容確認

2.18 (水)

制作・  
発表準備

2.20 (金)

ViCreA見学会  
成果物報告会

13:00～16:00 いきいきプラザ島根 (松江)

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

# 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  
わーくまくん  
わーくまちゃん

2月

月	火	水	木	金	土	日
  <p>お気軽に ご連絡 ください!</p>	<p>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。</p>					<p>1</p> <p>CLOSED</p>
<p>2</p> <p>松江 13:00~ パソコン講座</p>	<p>3</p> <p>松江 社会人 マナーセミナー</p>	<p>4</p> <p>松江出張相談会 ハローワーク松江 ①14:00 ②15:00</p>	<p>5</p> <p>出雲出張相談会 出雲市役所501会議室 ①13:00 ②14:00 ③15:00</p>	<p>6</p>	<p>7</p> <p>CLOSED</p>	<p>8</p> <p>CLOSED</p>
<p>9</p> <p>松江 13:00~ AIチャレンジ プログラム①</p> <p>松江 臨床心理士 カウンセリング ①10:00 ②11:00</p>	<p>10</p> <p>松江 13:00~ AIチャレンジ プログラム②</p>	<p>11 建国記念の日</p> <p>CLOSED</p>	<p>12</p> <p>出雲出張相談会 出雲市役所501会議室 ①13:00 ②14:00 ③15:00</p> <p>安来出張相談会 ハローワーク安来 ①14:00 ②15:00</p>	<p>13</p> <p>松江 13:00~ AIチャレンジ プログラム③</p> <p>大田出張相談会 ハローワーク石見大田 ①10:00 ②11:00</p> <p>出雲 臨床心理士 カウンセリング ①13:00 ②14:00</p>	<p>14</p> <p>土曜開所日</p>	<p>15</p> <p>CLOSED</p>
<p>16</p> <p>松江 13:00~ パソコン講座</p> <p>出雲 14:00~ キャリアセミナー</p>	<p>17</p> <p>松江 13:00~ AIチャレンジ プログラム④</p>	<p>18</p> <p>松江 13:00~ AIチャレンジ プログラム⑤</p> <p>松江出張相談会 ハローワーク松江 ①14:00 ②15:00</p>	<p>19</p> <p>出雲出張相談会 出雲市役所501会議室 ①13:00 ②14:00 ③15:00</p>	<p>20</p> <p>出雲 13:00~ 職場見学ツアー</p> <p>松江 13:00~ AIチャレンジ プログラム⑥</p>	<p>21</p> <p>CLOSED</p>	<p>22</p> <p>CLOSED</p>
<p>23 天皇誕生日</p> <p>CLOSED</p>	<p>24</p> <p>松江 9:30~ 軽作業ボランティア</p>	<p>25</p> <p>雲南出張相談会 ハローワーク雲南 ①13:00 ②14:00 ③15:00</p>	<p>26</p> <p>出雲出張相談会 出雲市役所501会議室 ①13:00 ②14:00 ③15:00</p>	<p>27</p> <p>出雲 ボランティア 駅舎清掃 9:30~</p>	<p>28</p> <p>CLOSED</p>	

## 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PCスキルを学びます。

### キャリアコンセメンター

キャリアコンサルタントによる専門的なセミナーで、自己理解とスキルアップを図ります。

### 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。

