

## 就労セミナー

「面接対策」 ～強み発見ワーク

4/6 (Mon)

13:30~15:00

「ビジネスコミュニケーション」

4/15 (Wed) ~伝えるトレーニング~

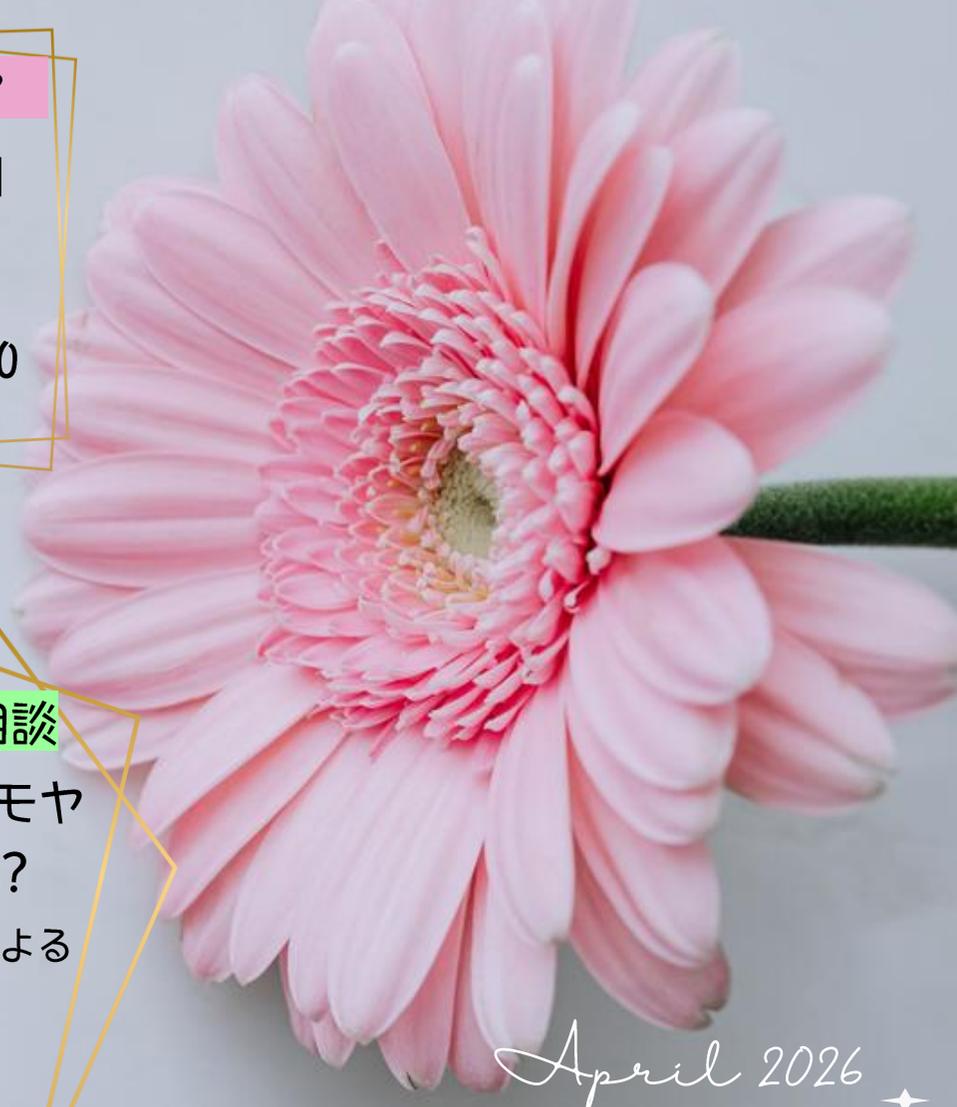
13:30~15:00

## ボランティア

「新聞発送ボラ」

4/27 (Mon)

10:00~12:00



April 2026

## サポステスポーツ

「ウォーキング」

～季節を感じながら  
歩きましょう～

4/23 (Thu)

13:30~15:00

## 臨床心理士による個別相談

1人で抱え込んで、モヤモヤ  
することありませんか？

サポステでは毎月臨床心理士による  
個別相談を実施しています

4/24 (Fri)

①10:00 ②11:00

(先着順予約制)

厚生労働省/島根県 委託事業

しまね西部若者サポートステーション (サポステ浜田)

〒697-0016

浜田市野原町1826-1 いわみーる1F

電話: 0855-22-6830 ✉hamada-sapo@roukyou.gr.jp

「あなたの一步」私たちが応援します  
サポステは全国179カ所に設置されている  
働く・働き続けるためのオシゴト相談窓口です

- 対象: 15歳~49歳の求職者(またはそのご家族)
- 利用料: 無料

お電話・メールにてご予約ください