



**サポステは
こんなところ**

相談やセミナー、
イベントなどの
参加は全て無料で
受けられます♪

15歳～49歳までの
働くことへの不安や
悩みを抱える方の
相談窓口です

ハローワークとも
連携していて、
いろんな情報満載。
一人では不安と
感じる方には
同行支援もやっています

2024.2

そんなあなたの一歩を全力でサポート!

日	月	火	水	木	金	土
お仕事探しが “大仕事”になっていませんか?				1	2	3
					10:00～16:00 就職活動相談日 (稚内市)	
4	5	6	7	8	9	10
お休み	お休み					10:00～15:00 女性限定相談日 予約不要
11	12	13	14	15	16	17
お休み	お休み	13:00～16:00 就職活動相談日 (ハローワーク旭川)	13:30～15:00 人間関係の考え方 セミナー (フィール7F 会議室)	13:30～15:00 聴き方セミナー (フィール7F 会議室) 15:00～17:00 まちなか相談日 (まちなかぶんか小屋)		
18	19	20	21	22	23	24
お休み	お休み			13:00～16:00 就職活動相談日 (鷹栖町)	お休み (天皇誕生日)	10:00～15:00 女性限定相談日 予約不要
25	26	27	28	29		
お休み	お休み	13:00～16:00 就職活動相談日 (ハローワーク旭川)	13:30～15:00 SSTセミナー (フィール7F 会議室)			

※ 予定が変更になる場合がありますので、ご参加希望の際には、必ず下記までお問合せください。
 ※ 各イベント・セミナーの詳細については、別表をご覧ください。
 ※ 個別相談等は随時受け付けております【予約優先】。お気軽にお問い合わせください。



イベント・セミナー詳細

開催日	開催時間	イベント名 (開催場所)	詳細内容	備考
2/10 (土)	10:00 ~15:00	女性限定相談日 (サポステ)	女性相談員による女性のための予約不要の相談日。 仕事のことや就職活動のことなど気軽に相談できますよ♪	予約不要
2/24 (土)				
2/13 (火)	13:00 ~16:00	就職活動相談日 (ハローワーク旭川)	ハローワーク旭川にて、就職活動に関すること、これからのことなどについて一緒に考えてみませんか？ ご家族のみの相談も承ります。	予約優先
2/27 (火)				
2/14 (水)	13:30 ~15:00	人間関係の考え方 セミナー (フィール7F 会議室)	人間関係の悩み・・・自分だけではなかなか解決できないことを少しでも軽減できるように、どんなことが必要で、自分にできる「守り方」を学んでみませんか？	要事前予約 定員：10名 【申込〆切】 前日14時まで
2/15 (木)	13:30 ~15:00	聴き方セミナー (フィール7F 会議室)	コミュニケーションの第一歩は『聴く』こと。相手を大切にするための「聴く」と相手の伝えたいことを理解する「訊く」を学び、今後活かしてみませんか？	要事前予約 定員：10名 【申込〆切】 前日14時まで
	15:00 ~17:00	まちなか相談日 (まちなかぶんか小屋)	仕事のことはもちろん、これからのことで悩んでいる方、ぜひ一度お話しをしてみませんか？ 気軽に話せる場所がここにあります。	予約不要
2/22 (木)	13:00 ~16:00	就職活動相談日 (鷹栖町)	鷹栖町(サンホールはぴねす)にて、就職活動に関すること、これからのことなどについて一緒に考えてみませんか？ご家族のみの相談も承ります。	予約優先
2/28 (水)	13:30 ~15:00	SST (ソーシャル・スキル・ トレーニング) (フィール7F 会議室)	コミュニケーション能力を身につけ、高めるために実際にやってみたり、経験を重ねることが大切です。 ロールプレイを通じて学び、今後活かしてみませんか？	要事前予約 定員：10名 【申込〆切】 前日14時まで

- 働くことの具体的なイメージを持ちたい
- 求人情報の探し方や応募書類の書き方を知りたい
- ビジネスマナーを学びたい
- 人と話す練習をしたい などのお話しでOK!!

【お申込みにあたっての留意事項】

- ・お申込み後、担当者よりご連絡させていただきます。
- ・セミナー・イベント参加にはサポステへの登録が必要になります。(無料登録)
- ・当社が得た個人情報は当社が定めた規定に則り、厳重に管理し取り扱います。

