



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、いろんな情報が満載！1人で不安と感じる方には同行支援もやっています。



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。気軽にお声がけください。

日	月	火	水	木	金	土
お休み	お休み	1	2	3	4	5
6	7	8  予約不要 15:00～17:00 まちなか相談日 (まちなかぶんか小屋)	9	10  PICKUP 10:00～11:00 ワークライフ バランス (ときわ市民ホール)	11	12  女性限定 相談日
13	14	15  おすすめ 10:30～11:30 スーツの 着こなし講座 (フィール旭川7F)	16	17  CHECK 13:00～16:00 就活お悩み相談日 (ハローワーク旭川)	18  注目 10:30～14:30 求人企業説明会 (フィール旭川7F)	19
20	21	22	23  PICKUP 10:00～11:00 メンタルヘルス (ときわ市民ホール)	24  POINT 13:00～16:00 就活お悩み相談日 (鷹栖町)	25	26  女性限定 相談日
27	28	29	30  注目 13:00～16:00 就活お悩み相談日 (末広あつまーる)	31  CHECK 13:00～16:00 就活お悩み相談日 (ハローワーク旭川)	<p><b>あなたの一步を</b></p> <p><b>全力でサポート!</b></p>	

※ 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。



# 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
10/8 (火)	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 人数制限なし
10/10 (木)	10:00 ~11:00	ワークライフ バランス セミナー (ときわ市民ホール)	『仕事と生活の両立を考える』をテーマに、ワークライフバランスとは何か、誰もが働きやすい職場について学んでいきます。【協力】旭川市女性活躍推進部	要事前予約 定員：約10名 ~申込×切~ 10/9(水) 12:00まで
10/12 (土)	10:00 ~18:00	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相談できます。ぜひお気軽にお越しください♪	予約不要 人数制限なし
10/26 (土)				
10/15 (火)	10:30 ~11:30	スーツの 着こなし講座 (フィール旭川7F)	「就活に必要なスーツの着こなしのポイントとは？」 「オフィスカジュアルとは？」など着こなしや身だしなみについて実践に役立つ情報をお伝えします。 【協力】洋服の青山 大雪通店	要事前予約 定員：約10名 ~申込×切~ 10/11(金) 12:00まで
10/17 (木)	13:00 ~16:00	就活お悩み 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お悩み事・不安なことなどご相談ください。ご家族のみの相談も承ります。	予約優先
10/31 (木)				
10/18 (金)	10:30 ~14:30	求人企業 説明会 (フィール旭川7F)	無資格・未経験の求人募集をしている企業が集まり、最新の求人情報や仕事内容などをお話しします。 ※別紙チラシをご確認ください。	予約優先 20名程度
10/23 (水)	10:00 ~11:00	メンタル ヘルス セミナー (ときわ市民ホール)	ストレスの状態の確認やストレスとの付き合い方等の自分自身のメンタルヘルスについて学ぶ。 【協力】旭川市保健所	要事前予約 定員：約10名 ~申込×切~ 10/22(火) 12:00まで
10/24 (木)	13:00 ~16:00	就活お悩み 相談日 (鷹栖町)	鷹栖町サンホールはびねすにて、就職活動に関すること、これからのことなどについてお悩み事・不安なことなどご相談ください。ご家族のみの相談も承ります。	予約優先
10/30 (水)	13:00 ~16:00	就活お悩み 相談日 (末広地区)	末広地区(あつまーる)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お悩み事・不安なことなどご相談ください。ご家族のみの相談も承ります。	予約優先

## 【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。

