

月	火	水	木	金	土	日
1 PC練習 (基礎) サポステ出雲 ①10:00 ②11:00	2 面接練習 サポステ出雲 10:00~12:00 14:00~16:00 PC練習 (基礎) サポステ松江 ①10:00 ②14:00	3 松江出張相談会 ①14:00②15:00 場所：ハローワーク松江	4 出雲出張相談会 ①13:00②14:00③15:00 場所：出雲市役所 601会議室	5 VRT職業興味検査 サポステ出雲 10:00~12:00 14:00~16:00	6 	7
8 コミュニケーション セミナー サポステ松江 14:00~15:30	9 面接練習 サポステ出雲 10:00~12:00 14:00~16:00 面接練習 サポステ松江 10:00~12:00 14:00~16:00	10 安来出張相談会 ①14:00②15:00 場所：ハローワーク安来	11 山の日 	12 大田出張相談会 ①10:00②11:00 場所：ハローワーク石見大田 VRT職業興味検査 サポステ松江 10:00~12:00	13 松江・出雲 土曜開所日 	14
15	16 面接練習 サポステ出雲 10:00~12:00 14:00~16:00 PC練習 (基礎) サポステ松江 ①10:00 ②14:00	17 松江出張相談会 ①14:00②15:00 場所：ハローワーク松江	18 出雲出張相談会 ①13:00②14:00③15:00 場所：出雲市役所 501会議室	19 VRT職業興味検査 サポステ出雲 10:00~12:00 14:00~16:00	20	21
22 PC練習 (基礎) サポステ出雲 ①10:00 ②11:00	23 面接練習 サポステ出雲 10:00~12:00 14:00~16:00 面接練習 サポステ松江 10:00~12:00 14:00~16:00	24 職場見学ツアー サポステ出雲	25 出雲出張相談会 ①13:00②14:00③15:00 場所：出雲市役所 501会議室 ボランティア活動 サポステ松江 ボランティア活動 サポステ出雲	26 VRT職業興味検査 サポステ松江 10:00~12:00	27	28
29	30 面接練習 サポステ出雲 10:00~12:00 14:00~16:00	31 雲南出張相談会 ①13:00②14:00③15:00 場所：ハローワーク雲南	プログラム参加は事前にサポステの登録及び予約が必要です。締切を記載していないプログラムは前日までに予約してご参加ください。 			

ご予約は、事前にサポステまで

新型コロナウイルス感染拡大の状況に応じて、相談、セミナー、出張相談会を延期させていただくことがあります。

サポステ松江（いきいきプラザ島根 1F）
TEL：0852-33-7710 FAX：0852-33-7712
e-mail：matsue-sapo@roukyou.gr.jpサポステ出雲（渡橋町398 正友ビル 2F）
TEL：0853-31-6663 FAX：0853-31-6767
e-mail：izumo-sapo@roukyou.gr.jp



サポステ松江

無料

「コミュニケーションセミナー」のお知らせ

講師：木村 真介氏

(日本グループワーク・トレーニング協会)

コミュニケーションセミナーでは、働くために必要となるコミュニケーションのコツを身につけることができます。

会話に対する苦手意識を克服できるので、今すぐ就職することに自信が無い方・コミュニケーション能力を高めたい方などにおすすめのプログラムです。

参加ご希望の方は、お早めにご連絡ください。

開催 令和4年8月8日(月) 14:00~15:30
会場 しまね東部若者サポートステーション サポステ松江
松江市東津田町1741-3 いきいきプラザ島根1F
TEL 0852-33-7710



例えばこんなことをしています。

- 参加者みんなでフリートーク
- リラクゼーション(心身の緊張をほぐすためのレクリエーション)
- 「こんな時、他の人はどう考えるんだろう」と思っていることについて皆で話し合う
- コミュニケーションの実践練習
- ストレスを上手に発散する方法
- 自分も相手も大切にする自己表現
- アサーション~上手な気持ちの伝え方~

サポステ出雲

ボランティア募集!

8月25日、サポステ出雲で出雲中央図書館の庭園の草刈りを行います。何かしなければと思いながら、なかなか一歩が踏み出せないあなた。ボランティア活動という自己投資に参加してみませんか?



発行 しまね東部若者サポートステーション
TEL 0852-33-7710
FAX 0852-33-7712