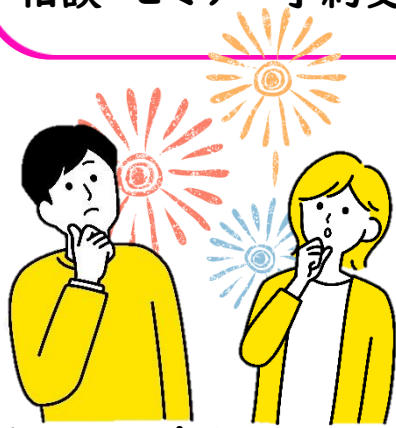


# サポステ通信

8  
月号



相談・セミナー予約受付中 あかし サテライト(加古川)  
078-915-0677 079-423-2355



## サポステってなに？

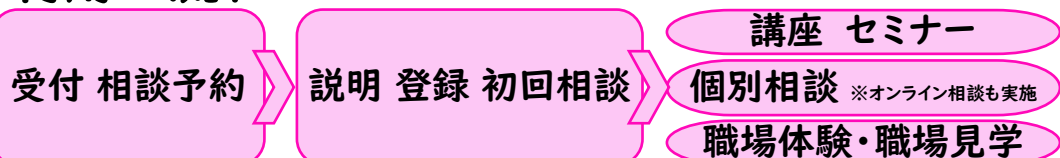
15～49歳までの働きたい方を対象に、  
個別相談・講座・職場体験などを組み合わ  
せながら、働くための準備をお手伝いする  
場所です。(利用無料)

相談申込はコチラから

**Googleフォーム**



## 利用の流れ



## こんな活動をしています

毎月 **サポステ説明会** 開催中!



- 自分を知る ● 仕事を知る ● スキルをつける ● 働き続ける
- 個別相談 ● 職場見学・体験 ● 各種講座 ● 応募書類添削 ● 個別相談 ● ステップアップセミナー
- セミナー ● ボランティア ● 面接対策

## 出張相談も実施しています!

| 地 域        | 日 時                            | 場 所                     | 住 所                          |
|------------|--------------------------------|-------------------------|------------------------------|
| 西脇市<br>多可町 | 8月7日(木)/21日(木)<br>13:00～15:50  | 茜が丘複合施設・みらいえ            | 西脇市野村町茜が丘<br>16-1            |
| 加西市        | 8月5日(火)/19日(火)<br>13:00～15:50  | アステアかさい3F地域交流センターワークルーム | 加西市北条町北条28-1                 |
| 小野市        | 8月7日(木)13:30～15:50             | コミセンおの会議室 102           | 小野市王子町801番地                  |
|            | 8月21日(木)13:00～15:50            | 伝統産業会館 第3研修室            | 小野市王子町806-1                  |
| 高砂市        | 8月12日(火)/26日(火)<br>13:00～15:50 | ふれあいの郷<br>生石研修センター      | 高砂市阿弥陀町生石<br>61-2            |
| 播磨町        | 8月8日(金)<br>13:00～15:50         | 播磨町総合福祉センター2F<br>相談室    | 加古郡播磨町宮北<br>1-3-5            |
| 明石市(市役所)   | 今月は実施いたしません                    | 明石市役所内2F<br>市民相談室       | 明石市中崎1丁目5-1                  |
| 明石市(大久保)   | 8月25日(月)<br>13:00～15:50        | 大久保市民センター2F<br>第3会議室    | 明石市大久保町大窪<br>612-1           |
| 淡路市        | 8月13日(水)<br>13:00～15:50        | 淡路市役所内会議室               | 淡路市生穂新島8                     |
| 洲本市        | 8月13日(水)/27日(水)<br>13:00～15:50 | ハローワーク洲本<br>1F相談室       | 洲本市塩屋2丁目4-5<br>(兵庫県洲本総合庁舎1F) |
| 南あわじ市      | 8月27日(水)<br>13:00～15:50        | 南あわじ市役所内相談室             | 南あわじ市市善光寺<br>22-1            |

# 2025年8月のスケジュール

ああかし サテライト 出張相談

| 月                                                       | 火                 | 水                                                  | 木                                                         | 金                                     | 土             |
|---------------------------------------------------------|-------------------|----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|---------------------------------------|---------------|
| ※災害や感染症等の緊急時は延期や中止となる場合があります。その場合はあかしサポステHPにてお知らせいたします。 |                   |                                                    |                                                           | 1                                     | 2<br>サテライト閉所  |
| ※セミナー参加をご希望の方は、相談時・電話・メールで事前にご予約いただきますよう、お願いいたします。      |                   |                                                    |                                                           |                                       |               |
| 4                                                       | 5<br>加西市<br>出張相談  | 6<br>PC講座<br>【Word基礎】<br>13:30～16:30               | 7<br>小野市&西脇市<br>出張相談<br>プチボラ<br>9:30～11:30                | 8<br>播磨町出張相談<br>雑談のコツ★<br>10:00～12:00 | 9<br>あかし閉所    |
| 11<br>閉所                                                | 12<br>高砂市<br>出張相談 | 13<br>淡路市&洲本市<br>出張相談                              | 14                                                        | 15                                    | 16<br>サテライト閉所 |
| 18                                                      | 19<br>加西市<br>出張相談 | 20<br>はじめての<br>就活ガイド★<br>14:00～16:00               | 21<br>小野市&西脇市<br>出張相談<br>PC講座<br>【Excel基礎】<br>13:30～16:30 | 22                                    | 23<br>あかし閉所   |
| 25<br>明石市(大久保)<br>出張相談<br>マインドセット<br>9:30～11:30         | 26<br>高砂市<br>出張相談 | 27<br>南あわじ市&<br>洲本市出張相談<br>身体づくりセミナー<br>9:30～11:50 | 28<br>サポステ説明会★<br>14:00～14:30                             | 29                                    | 30<br>閉所      |

★マークのセミナーはサポステ未登録の方もご参加いただけます！

## PC講座【Word基礎】

6日(水)13:30～16:30  
あかし

PC経験が少なく不安を感じる方はWordの基礎から学んでいきましょう。Wordは就職活動や職場など、様々な場面で活用できます。

## プチボラ(封入作業)

7日(木)9:30～11:30  
サテライト

チラシの封入作業を一緒にしませんか？普段しない作業を通して意外な長所が発見できるかもしれません。

## 気まぜい雰囲気乗り越える

雑談のコツ★  
8日(金)10:00～12:00  
播磨町総合福祉センター

ちょっとした雑談がスムーズにできるといいなと思ったことはありませんか？職場で人間関係を保つには雑談力は必要不可欠です。話すことが苦手な方でも気まぜい雰囲気とサヨナラできる雑談のコツをお伝えします。

## はじめての就活ガイド★

20日(水)14:00～16:00  
ウイズあかし

就活を始めたいけれど、何から手をつけてよいかわからない…。そんな不安を抱える方に向けて、基本的な流れや考え方をわかりやすくお伝えします。

## PC講座【Excel基礎】

21日(木)13:30～16:30  
あかし

ビジネスの視点からExcelの基本を学びます。PCの経験を増やしたい方、是非ご参加ください。Excelは表やグラフ作成など様々な場面で活用できます。

## 失敗を成長に変える

### マインドセット

25日(月)9:30～11:30  
サテライト

就職活動、思うようにいかず自信をなくしていませんか？失敗を前向きに捉える「しなやかマインドセット」を身につけることで、挑戦する勇気や自己効力感を高め、あなたの可能性を広げる一歩を踏み出しましょう。

## 身体づくりセミナー

27日(水)9:30～11:50  
明石勤労福祉会館

働く前の準備のために、まずは自分でできる健康づくりから始めましょう。汗をかいてみんなでリフレッシュしましょう。  
持ち物：上履き、動きやすい服装、タオル、飲み物

## サポステ説明会★

28日(木)14:00～14:30  
あかし

サポステの施設を見学しながら、どんな支援が受けられるかをご説明いたします。利用を迷われている方や、興味がある方は、お気軽にご参加ください。

## お問い合わせ先

### あかし若者サポートステーション

〒673-0882 明石市相生町2丁目6-5 38ヤングビル5階  
(明石駅から徒歩10分 勤労福祉会館のはす向かい)  
TEL. 078-915-0677 休所日：日曜、祝日、年末年始、第2・4・5土曜

### サテライト播磨

〒673-0064 加古川市加古川町溝之口755 安本ビル4階北号室  
(加古川駅より徒歩3分)  
TEL. 079-423-2355 休所日：日曜、祝日、年末年始、第1・3・5土曜

✉メールでのお問い合わせ wakamono@sust-harima.org ホームページ <http://sust-harima.org>

※厚生労働省からの委託を受けて「一般社団法人ひょうご若者自立支援センター」が運営しています

2025.7