



サポステ
地域若者サポートステーション

働くための一歩をふみだそう!!

あかし若者サポートステーション

サポステ通信

10
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?

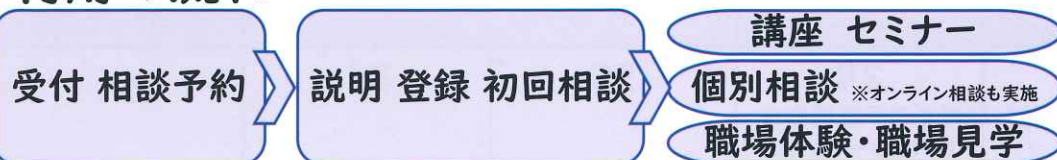
15~49歳までの働きたい方を対象に、
個別相談・講座・職場体験などを組み合わ
せながら、働くための準備をお手伝いする
場所です。(利用無料)

相談申込はコチラから

Googleフォーム

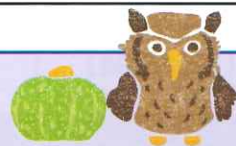


利用の流れ



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
- セミナー
- 職場見学・体験
- ボランティア
- 各種講座
- 応募書類添削
- 面接対策
- 個別相談
- ステップアップセミナー

出張相談も実施しています!

地域	日時	場所	住所
西脇市 多可町	10月2日(木)/16日(木) 13:00~15:50	茜が丘複合施設・みらいえ	西脇市野村町茜が丘 16-1
加西市	10月7日(火)/21日(火) 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	10月2日(木)/16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	10月14日(火)/28日(火) 13:00~15:50	ふれあいの郷 生石研修センター	高砂市阿弥陀町生石 61-2
播磨町	10月10日(金) 13:00~15:50	播磨町総合福祉センター2F 相談室	加古郡播磨町宮北 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 市民相談室	明石市中崎1丁目5-1
明石市(大久保)	10月27日(月) 13:00~15:50	大久保市民センター2F 第3会議室	明石市大久保町大窪 612-1
淡路市	10月8日(水) 13:00~15:50	淡路市役所内会議室	淡路市生穂新島8
洲本市	10月8日(水)/22日(水) 13:00~15:50	ハローワーク洲本 1F相談室	洲本市塩屋2丁目4-5 (兵庫県洲本総合庁舎1F)
南あわじ市	10月22日(水) 13:00~15:50	南あわじ市役所内相談室	南あわじ市市善光寺 22-1

2025年10月のスケジュール

⑥あかし ⑦サテライト ⑧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。 ※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。		1	2 ⑧小野市&西脇市 出張相談	3	4 サテライト閉所
6	7 ⑧加西市出張相談	8 ⑧淡路市&洲本市 出張相談	9 ⑦プチボラ 9:30~11:30	10 ⑧播磨町出張相談 ⑧お金から考える 働き方★ 10:00~12:00	11 あかし閉所
13 閉所	14 ⑧高砂市出張相談 ⑧失敗を成長に変える マインドセット★ 10:00~12:00	15 ⑥はたらく幸せ 仕事で求める ウェルビーイング★ 14:00~16:00	16 ⑧小野市&西脇市 出張相談	17 ⑦レザークラフト 9:30~10:30	18 サテライト閉所
20	21 ⑧加西市出張相談	22 ⑧南あわじ市& 洲本市 出張相談	23 ⑥PC講座 【Word基礎】 13:30~16:30	24 ⑧雑談の POWER!★ 10:00~12:00	25 あかし閉所 ⑦ステップアップセミナー はじめての 職場会話レッスン 9:30~11:30
27 ⑧明石市(大久保) 出張相談 ⑥PC講座 【Excel基礎】 13:30~16:30	28 ⑧高砂市出張相談	29 ⑥サポステ説明会★ 14:00~14:30	30	31	

★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！

プチボラ(封入作業) 9日(木) 9:30~11:30 サテライト チラシの封入作業と一緒にしませんか？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。	お金から考える働き方★ 10日(金) 10:00~12:00 播磨町総合支援センター 「お金」を切り口に、自分の生き方や価値観を見つめ直すワークを通じて、自分に合った働き方を一緒に考えていきましょう。	失敗を成長に変えるマインドセット★ 14日(火) 10:00~12:00 生石研修センター 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、挑戦する勇氣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。	はたらく幸せ 仕事で求めるウェルビーイング★ 15日(水) 14:00~16:00 ウィズあかし 人が身体的・精神的・社会的に「良好な状態」であることを指す「ウェルビーイング」が注目されています。働く上で、人はどのようなときに幸せを感じるのか。幸福度を高める考え方、方法について学びます。	レザークラフト 17日(金) 9:30~10:30 サテライト 手を動かしながら集中して取り組むレザークラフト体験を通して、ものづくりの楽しさだけでなく、『集中力を高めること』『完成させる達成感』を味わえます。就労に必要な基礎力を身につける準備の場として、ご参加ください。
PC講座【Word基礎】 23日(木) 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。	雑談のPOWER!★ 24日(金) 10:00~12:00 勤労福祉会館 雑談があなたの未来を変える。何気ない会話から新たな気づきが生まれるかもしれません。気軽に話すコツを学んで自分の可能性を広げよう！	ステップアップセミナーはじめての職場会話レッスン 25日(土) 9:30~11:30 サテライト 職場でのコミュニケーションスキルを高めることで、働くことへの不安を和らげることができます。職場で役立つ『伝える力』と『聴く力』を実践練習し、職場会話の型を身につけ、不安を自信に変えていきましょう。	PC講座【Excel基礎】 27日(月) 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。	サポステ説明会★ 29日(水) 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

2025.9