



日	月	火	水	木	金	土
				1 休館日 (元日)	2 休館日	3 休館日
4 休館日	5 総合相談	6 総合相談 SST パソコン講座	7 総合相談 ハローワーク出前相談	8 総合相談 保護者相談 新温泉町出張相談	9 総合相談 コミュニケーション セミナー	10 定着 ステップアップ 相談
11 休館日	12 休館日 (成人の日)	13 総合相談 グループワーク	14 総合相談 朝来市出張相談 キャリア相談	15 総合相談 保護者相談	16 総合相談 コミュニケーション セミナー	17 休館日
18 休館日	19 総合相談 パソコン講座	20 総合相談 キャリアのいろは 定着・ステップアップ 相談	21 総合相談 ハローワーク利用説明会 養父市出張相談	22 総合相談 保護者相談	23 総合相談 コミュニケーション セミナー	24 休館日
25 休館日	26 総合相談	27 総合相談	28 総合相談 朝来市出張相談 キャリア相談	29 総合相談 保護者相談 香美町出張相談 (香住)	30 総合相談 コミュニケーション セミナー&プラス	31 休館日

* 相談(総合相談、保護者相談、出張相談)はすべて事前予約をお願いします。

コミュニケーションセミナー 講師:瀬藤先生
～気持ちのいいコミュニケーションをとるには～
9日、16日、23、30日の金曜日 計4回
※13:30～15:00 お間違いなく
【持ち物】筆記用具

コミュニケーションセミナー&プラス
コミュニケーションセミナー終了後谷垣先生による
第5金曜日30分程度のワンポイントアドバイス
30日
(例・・・求人票の見方等)

保護者個別相談
上級教育カウンセラー瀬藤先生
毎週木曜日 13:00、14:00、15:00、16:00
保護者の方を対象 (お一人様一時間ずつ)
ご本人でも相談を受け付けますが保護者の方を優先
とした個別相談です。
予約制です。

キャリア相談
キャリアコンサルタント 谷垣先生
1月14日(水) 13:00～、14:00～、15:00～
1月28日(水) 13:00～、14:00～、15:00～
予約制です。

就活セミナー 講師:サポステスタッフ
【持ち物】筆記用具
履歴書・職務経歴書の書き方、面接練習
履歴書チェックを希望される方は下書きしたものを
持参下さい。 日程は応相談

職場見学・就労体験
いろんな職場の見学や体験が経験できます。
個別にプランを立て対応します。
ご希望の方はサポステスタッフまで
※傷害保険はサポステにてボランティア保険に加入します。
日程は応相談

キャリアのいろは
1月20日(火) 13:30～15:00
さまざまなキャリアのテーマについて学びます。
キャリアコンサルタント 谷垣先生 予約制です。
職業訓練筆記試験対策セミナー
主に数学について例題の解き方を一から解説します。
筆記試験に不安のある方はお気軽にご参加下さい。 日程は応相談

SST(ソーシャルスキルトレーニング)
1月6日(火) 10:30～12:00
※人と関わりながら生きていくために欠かせないスキルを
身につける訓練です。 予約制です。

定着・ステップアップ相談

～すでに就職されており、平日の夜や休日でない
相談に来れないという方を対象とします～

1月10日(土) 10:00～、11:00～

1月20日(火) 18:00～、19:00～

予約制です。

パソコン講座

1月 6日(火)

14:00～15:00 1名

15:00～16:00 1名

1月19日(月)

14:00～15:00 1名

15:00～16:00 1名



先着2名

※それぞれの希望に沿って内容を考えたいと思います。
是非チャレンジしてみてください！ 予約制です。

※グループワーク 1月13日(火) 午後13時30分～15時00分 ※テーマをきっかけに自己理解を深めていきます。

※失業保険受給の方へ…各種セミナーについては求職活動実績になります。(相談は除く)

出張相談会 ※ご予約のうえ、お越し下さい。

<p>朝来市 【場 所】朝来市役所山東庁舎 第2・第4水曜日 《要予約》</p> <p>【場 所】朝来生涯学習センター 随時(月1回程度) 《要予約》</p> <p>【ご利用時間】13:00～17:00</p>	<p>8日(木) 新温泉町「サンシーホール浜坂」</p> <p>21日(水) 養父市「養父公民館」</p> <p>29日(木) 香美町「香住文化会館」</p> <p>※香美町「村岡区中央公民館」随時(月1回程度) 【ご利用時間】13:00～17:00 《要予約》</p>
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

■若者サポートステーション豊岡とは

働くことについて様々な悩みを抱えている若者の皆さんが
就職に向かえるように多様な支援でサポートします。

対 象: 無業の状態にある若者(15～49歳)

利 用 料: 無料

開所時間: 月曜～金曜日10:00～17:00

(受付時間: 10:00～16:00)

休 館 日: 土日、祝祭日、年末年始



サポステ公式キャラクター

わーくまくん

わーくまちゃん



厚生労働省委託事業

若者サポートステーション豊岡

★ご予約・お問い合わせ先★

住所: 〒668-0025 豊岡市幸町9-27

電話: 0796-34-6333

FAX: 0796-34-6336

メール: toyooka_saposute@roukyou.gr.jp

HP: <https://saposute.org/>

