



**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

5  
月号



相談・セミナー予約受付中

あかし

078-915-0677

サテライト(加古川)

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

受付 相談予約

説明 登録 初回相談

講座 セミナー

個別相談 ※オンライン相談も実施

職場体験・職場見学

## こんな活動をしています

毎月サポステ説明会開催中!

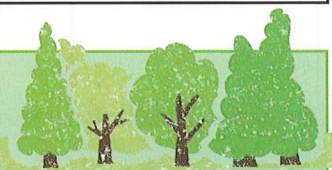
● 自分を知る ● 仕事を知る ● スキルをつける ● 働き続ける

● 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<br>多可町 | 5月1日(木)/15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        | 5月20日(火)<br>13:00~15:50        | アスティアかさい3F<br>地域交流センター会議室 | 加西市北条町北条<br>28-1             |
| 小野市        | 5月1日(木)/15日(木)<br>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        | 5月13日(火)/27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        | 5月9日(金)<br>13:00~15:50         | 播磨町福祉会館2F<br>相談室          | 加古郡播磨町宮北<br>1-3-5            |
| 明石市(市役所)   | 5月12日(月)<br>13:00~15:50        | 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)   | 5月26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        | 5月14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        | 5月14日(水)/28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      | 5月28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5月のスケジュール

②あかし ③サテライト ④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。<br>その場合はあかしサポステHPにてお知らせいたします。<br><br>※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<br>④小野市&西脇市<br>出張相談                                      | 2                                       | 3<br>サテライト閉所                                           |
| 5<br>閉所                                                                                                               | 6<br>閉所            | 7                             | 8                                                          | 9<br>④播磨町<br>出張相談                       | 10<br>あかし閉所                                            |
| 12<br>②プチボラ<br>9:30~11:30<br>④明石市役所<br>出張相談                                                                           | 13<br>④高砂市<br>出張相談 | 14<br>④淡路市&<br>洲本市<br>出張相談    | 15<br>④小野市&西脇市<br>出張相談<br>③PC講座<br>【Word基礎】<br>13:30~16:30 | 16                                      | 17<br>サテライト閉所                                          |
| 19                                                                                                                    | 20<br>④加西市<br>出張相談 | 21<br>②価値観発見ワーク<br>9:30~10:30 | 22                                                         | 23<br>③PC講座<br>【Excel基礎】<br>13:30~16:30 | 24<br>あかし閉所<br>③ステップアップセミナー<br>「電話マナー講座」<br>9:30~11:30 |
| 26<br>④明石市(大久保)<br>出張相談                                                                                               | 27<br>④高砂市<br>出張相談 | 28<br>④南あわじ市&<br>洲本市<br>出張相談  | 29                                                         | 30<br>③サポステ説明会★<br>14:00~14:30          | 31<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頂けます！

## プチボラ(封入作業)

12日(月)9:30~11:30  
あかし

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。

## PC講座【Word基礎】

15日(木)13:30~16:30  
サテライト

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。

## 価値観発見ワーク

21日(水)9:30~10:30  
あかし

カードを使って、自分が大切にしている価値観を見つけてみませんか？価値観を知ることによって自己理解が深まり、これから働き方を考えるヒントになります。就職活動のはじめの一歩として気軽にご参加ください。

## ステップアップセミナー「電話マナー講座」

24日(土)9:30~11:30  
サテライト

電話が苦手という人が多いのでは？就活や職場で生かせる電話のマナーをお伝えします。ちょっとしたことだけど、知っておくと安心です。

## PC講座【Excel基礎】

23日(金)13:30~16:30  
サテライト

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★

30日(金)14:00~14:30  
サテライト

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

2025.4