



サポステ
地域若者サポートステーション

働くための一步をふみだそう!!

あかし若者サポートステーション

サポステ通信

7
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

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
- 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 多可町	7月3日(木)/17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	7月1日(火)13:00~15:50	アステアかさい3F地域交流センター会議室	加西市北条町北条28-1
	7月15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	7月3日(木)13:30~15:50	伝統産業会館 第3研修室	小野市王子町806-1
	7月17日(木)13:00~15:50	コミセンおの会議室 102	小野市王子町801番地
高砂市	7月8日(火)/22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	7月11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)	7月14日(月) 13:00~15:50	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)	7月28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	7月9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	7月9日(水)/23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	7月23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7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
	1 ④加西市 出張相談	2	3 ④小野市&西脇市 出張相談	4	5 サテライト閉所 ②EQ～こころの知能 指数の活かし方～
7	8 ④高砂市出張相談 ③社会人 マナー講座★ 10:00～12:00	9 ④淡路市&洲本市 出張相談	10 ②プチボラ 9:30～11:30	11 ④播磨町出張相談 ③才能発見ワーク★ 10:00～12:00	12 あかし閉所
14 ④明石市役所 出張相談	15 ④加西市 出張相談	16	17 ④小野市&西脇市 出張相談 ②レーザークラフト体験 9:30～10:30	18	19 サテライト閉所
21 休所	22 ④高砂市 出張相談	23 ④南あわじ市& 洲本市 出張相談	24 ③PC講座 【Word基礎】 13:30～16:30	25 ③サポステ説明会★ 14:00～14:30	26 あかし閉所 ②働いていない子を持つ 親のためのセミナー★ 14:00～16:00
28 ④明石市(大久保) 出張相談 ③PC講座 【Excel基礎】 13:30～16:30	29 ③しつもん読書会 9:30～10:30	30	31	※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。	

★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！

EQ

～こころの知能指数の活かし方～
5日(土)9:30～11:30
あかし

自分の感情をコントロールしたり、
他者の感情を読みとることができれ
ばより良い人間関係が生まれます。
そのためには、脳のしくみから情動
のメカニズムを理解し、職場におい
て適切な対処を学びます。

印象アップ!

社会人マナー講座★
8日(火)10:00～12:00
生石研修センター

挨拶、身だしなみ、報連相、電
話応対など、社会人として必要
なマナーを基礎から学び、就活
だけでなく就職後にも役立つ
ビジネスマナーを身につけます。

プチボラ(封入作業)

10日(木)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。

才能発見ワーク★

11日(金)10:00～12:00
播磨町総合福祉センター

いくつかの質問に答えることで
「あなただけの才能」を発見し
ていきます。自己理解を深め、
「あなたに合った働く場所」の
ヒントを一緒に探してみませ
んか?

レーザークラフト体験

17日(木)9:30～10:30
あかし

革を使った小物づくりを体験
してみませんか?講師から指
導を受けながら、オンリーワ
ンの作品を作ります。材料や道
具の準備は不要です。手ぶら
でお気軽にご参加ください。

PC講座【Word基礎】

24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。

サポステ説明会★

25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。

働いていない子を持つ

親のためのセミナー★
26日(土)14:00～16:00
ウィズあかし

子どもの不就業に悩む親同士が
語り合い、気持ちを共有するこ
とで心を軽くするセミナーです。親
自身が前向きになることで子の
変化を促すきっかけを作ります。

PC講座【Excel基礎】

28日(月)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。

しつもん読書会

29日(火)9:30～10:30
サテライト

「しつもん」を通して1冊の本を読
み解くことで、自分の価値観に気
づくことができます。持ち物は本1
冊。どんな本でもOKです。「しつ
もん」と「読書」を楽しみながら、
自分を見つけてみませんか。

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

2025.6