



サポステ通信

9
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)

Instagram
更新してます

@AKASHI_SAPOSTE



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 多可町	9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	9月1日(火)/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	9月3日(木)/17日(木) 13:00~15:50	3日 伝統産業会館 技術指導室	小野市王子町806-1
		17日 小野市役所庁舎3階 ミーティングルーム3-2	小野市中島町53-1
高砂市	9月8日(火) 13:00~15:50	高砂市立 市ノ池公園 みどりの相談所 研修棟	高砂市阿弥陀町地徳 301番地
播磨町	9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)	9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)	9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	9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	9月9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	今月は実施いたしません	南あわじ市役所内相談室	南あわじ市市善光寺 22-1

2026年9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 ③ サポステ説明会 13:00~13:30	5 サテライト閉所
7	8 ④ 高砂市出張相談	9 ④ 淡路市&洲本市 出張相談 ② プチボラ 9:30~11:30	10	11 ④ 播磨町出張相談	12 あかし閉所 ③ 印象アップ! 社会人マナー講座 10:00~11:30
14 ④ 明石市役所 出張相談	15 ④ 加西市出張相談	16 ④ レジリエンス 14:00~16:00	17 ④ 小野市&西脇市 出張相談 ③ PC講座 【Word基礎】 13:30~15:30	18	19 サテライト閉所
21 閉所	22 閉所	23 閉所	24	25	26 あかし閉所
28 ④ 大久保出張相談	29 ③ PC講座 【Excel基礎】 13:30~15:30	30	※セミナー参加をご希望の方は、相談時・電話・メールで 事前にご予約ください。 ※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。		



セミナー参加にはサポステの利用者登録が必要です!

プチボラ(封入作業)

9日(水)9:30~11:30
あかし

チラシの封入作業を通して、軽作業に必要な「正確さ」「丁寧さ」「作業スピード」など、働く上で欠かせない基礎スキルを体験できるプログラムです。

ステップアップセミナー

印象アップ!社会人マナー講座

12日(土)10:00~11:30
サテライト

社会人として求められる基本的なマナーを、分かりやすくお伝えします。相手に好印象を与える挨拶や言葉づかい、コミュニケーション方法を学び、職場での信頼関係づくりや仕事に役立てましょう。

レジリエンス

~しなやかに立ち直る力~

16日(水)14:00~16:00
加古川市民交流ひろば

「心の回復力」であるレジリエンスを高めておけば、困難な状況でも乗り越えて成長することができます。レジリエンスについて知り、折れないしなやかな心を持つコツを学びましょう。



PC講座【Word基礎】

17日(木)13:30~15:30
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。

PC講座【Excel基礎】

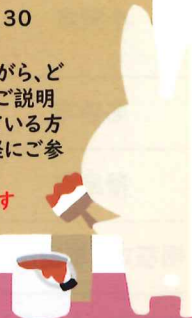
29日(火)13:30~15:30
サテライト

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

4日(金)13:00~13:30
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。
未登録の方もご参加できます



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

〒675-0064 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

2026.8