

五島サポステって…?

サポステは、働くことに悩みを抱えている15歳～39歳までの若者の就職支援を行っております。専門の相談員がよりそって支援をしていきます。利用は無料です、ぜひご利用ください。なお、カウンセリングは随時受け付けていますが、原則予約制になっており、予約の方を優先します。

就活プログラム「2-Weeks」の支援の流れ

①求人検索

5日間、サポステで連続してハローワークの求人検索や求人情報誌などの検索を行い、2件程度に絞り込む

②応募書類の作成

絞り込んだ2件の求人に向けた書類作成、面接練習、必要に応じて職場見学・体験を行う。

③求人応募

希望の企業に応募する。

①から③までの流れを2週間として、受かるまで何度でも実施する。




2週間で就職を決めましょう

2月のイベント案内



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
29	30	31	01 相談日	02 ♪キャリアプログラム 「ひとり暮らしの食生活」 ステップアップ相談日	03
05 相談日	06 心理カウンセリング	07 きがるに相談日 13:00～15:00	08 相談日	09 ♪キャリアプログラム 「話し方講座」 ステップアップ相談日	10
12 休館日	13 心理カウンセリング 富江出張相談会 10:00～15:00	14 上五島出張相談会 10:00～14:00	15 奈留島出張相談会 13:00～15:00	16 ♪キャリアプログラム 「雇用保険のポイント」 ステップアップ相談日	17
19 ♪キャリアプログラム 「社会人講話」	20 心理カウンセリング	21 きがるに相談日 13:00～15:00	22 相談日	23 ♪キャリアプログラム 「職場見学」 ステップアップ相談日	24
26 相談日	27 心理カウンセリング	28 グループワーク 「五島椿まつりに参加しよう」	01	02	03
05	06	07	08	09	10

スケジュールの詳細は裏面に!

※スケジュールは変更になる可能性があります / 新規の方や、ワークが必要な方を優先する場合があります。

※音符記号(♪)はキャリア開発プログラムとして、長崎県の事業で実施させていただいております。

こんな方はぜひサポステにお越しください！

働きたい！…けど…
どうしたらいいのかわからない



- ・どうしたらいいの？わからない…
- ・自信がなくて、一歩が踏み出せない…
- ・コミュニケーションが苦手…
- ・人間関係のつまずきで退職。ブランクが長くなって…
- ・学校を中退したんだけど、大丈夫かな…

2月のイベント詳細



2月 2日 (金) 10:00~14:00 キャリア開発プログラム『ひとり暮らしの食生活』

～ 栄養のバランスを考えて！！ ～

あなたは、バランスの良い食生活ができていますか？しっかり食べて、健康な体を目指しましょう！！

2月 9日 (金) 13:30~15:00 キャリア開発プログラム 『話し方講座』

～ 上手な話し方の基本とコツ ～

会話をすることが苦痛でなくなると、人間関係も変わってきますよ！話すことの基本とコツをご紹介します。

2月16日 (金) 13:30~15:00 キャリア開発プログラム『雇用保険のポイント』

～ 雇用保険について学ぼう ～

雇用保険（失業保険）の制度について詳しく知っていますか？失業保険のもらい方やそのための条件について学びましょう。

2月19日 (月) 13:30~16:00 キャリア開発プログラム『社会人講話』

～ 将来の人生設計 ～ 講師： アクサ生命保険株式会社 勝 直樹 様

長い人生、備えあれば憂いなし。あなたらしい夢の実現のために、お役に立つ素敵なお話です。

2月23日 (金) (時間未定) キャリア開発プログラム『職場見学』

～ 五島市内の事業所見学に行こう ～ ※ 時間と見学場所は、後日連絡します

五島市内にはどんな仕事があるのだろう。事業所見学を通して、職業選択の幅を広げてみませんか。

2月28日 (水) 13:00~14:30 グループワーク 『五島椿まつりに参加しよう』

～ LET'S GO ふるさと館 ～

椿を使った体験講座に参加してみませんか？椿油でMYリップクリームを作ってみましょう。