

ひざし

みやぎ北若者サポートステーション
／サポステ・プラス

❀ 第175号 ❀

サポステでは様々なプログラムを通して、就活への一步を支援しています。

公園除草作業

今月の除草作業風景です。

やっと動きやすい気温になってきましたが一通り作業が終わると汗がにじみでています。それでもきれいになった公園をみるとみんなの顔もすっきりしているようです。

今後はだんだんと落ち葉集めに移行していきます。



こころサロン

テーマに沿って自分の思いを話したり、他の参加者の話を聞くことにより、共感できたり、新しい気づきがあったりと皆さん参加してよかったとおっしゃっています。

隔月で、開催しております。



社会人セミナー

毎週木曜日に各種セミナーを開催しています。

今月は、求人票の情報紹介や業界研究、「ストレス解消法」を行いました。

毎月テーマを変えながら開催しています。



今月のお知らせ

《出前相談》 相談時間：10：00～15：00（※事前予約が必要です）

◆栗原地域：11月7日（金） 会場：ひありんく栗原

◆加美地域：11月21日（金） 会場：加美町役場 保健福祉課 第2会議室

《キャリア・インサイト》 ※予約制です

★実施日：原則木曜日（※月により実施日が変わることがあります。）

「キャリア・インサイト」（職業適性診断システム）は、自己理解・職業選択を支援するコンピュータ・システムです。自分の適性や適職の参考にしていただければと思います。

《こころサロン＆こころの相談》 ※完全予約制です

◎11月の開催日◎ 11月26日（水） ※午前：こころサロン 午後：こころの相談

今月は、午前は臨床心理士によるトーク＆ワークショップ、午後は個別相談を行います。サロンでは、参加者同士で同じような思いや様々な思いを持った方がいるという発見や気づきがあり、個別相談では働くうえで気になる人間関係の不安や、なかなか他人には話しづらい精神的な心の悩み等をじっくり聞きます。

《就活やってみよう♪》

☆ 履歴書、職務経歴書の作成、面接練習 ☆

「履歴書の志望動機がうまく書けない」「職務経歴書の書き方が分からない」「明日、面接になったので 面接練習や対策をしておきたい」など、応募書類作成や面接練習を個別に支援します。

※当日でも対応可能な場合があります。まずは北サポへお電話ください。

◎ 持ち物 ◎

書類等の添削を行う為必要書類をご持参ください（応募先情報、履歴書や職務経歴書に必要な情報）。面接練習では、面接に行く服装で行うことにより、より実践練習になると思います。



みやぎ北若者サポートステーション/サポステ・プラス

〒989-6115 宮城県大崎市古川駅東三丁目1-21-201

相談・セミナー予約 TEL 0229 - 21 - 7022

★受付時間★10:00～17:00★休所日★土・日・祝祭日その他

★対象となる方★働く意欲のある15歳～49歳の方及びそのご家族

◆登米相談センター

〒987-0511 宮城県登米市迫町沼中江3-9-8 TEL 0220-23-9963

★受付時間★10:00～15:00

登録・相談
無料

（セミナーは一部実費負担あり）

みやぎ北サポステの最新情報はホームページやブログをスマホからもご覧いただけます。

ホームページ



ブログ

