



## ★★7月号のトピックス★★

- 出張相談会をご利用ください！
- 今月のプログラム
- 今月おすすめの本の紹介！



### ★ 出張相談会をご利用ください！ ★

#### 【Q 出張相談会はどこで行っている？】

荒尾、山鹿、菊池、合志、大津、阿蘇の6カ所です毎月開催しています。



#### 【Q 出張相談会ではどんな相談ができるの？】

基本は個室で1対1で話をお聞きます。働く上での不安や、職場での人間関係、就職活動のノウハウ(求人探し方、書類作成・面接対策)、心の悩みなど、幅広いあらゆる相談を受け付けています。

一般職業適性検査(※要予約)も実施可能です。仕事以外のことも、気になることは何でも話してOKです(※守秘義務を厳守します)。

#### 【Q 予約したほうがいいですか？】

予約せず当日来所いただいてもOKですが、事前予約をしていただいた方を優先して面談しています。あらかじめご了承ください。ご予約・お問合せは右下「たまな若者サポートステーション」までご連絡ください。

#### ※出張相談会への来所時の注意点(ご協力ください!!)

来所される方はマスク着用と手洗い、手指消毒を必ず行ってください。

また、家を出る前に検温をして、普段より体温が高い場合や、体調が優れない場合は来所を控えるようお願いいたします。



### ★ 7月 おすすめの本の紹介 ★

心のHPが0になりそうな自分をラクにする本  
『メンタル・クエスト』  
鈴木 裕介 (著) / 大和出版

“人生は、RPGに似ている”  
人生を「ハードモード」で生きていて、  
HPがいつもギリギリの感覚のある方。  
自分だけの“セーブポイント”の作り方を  
本書で学んでみませんか。



★「たまサポ図書コーナー」に置いています。貸出も可能です。

### ★ 7月のプログラム情報 ★

7/1(水)15(水) 13時～	行動変容セミナー (人に対する不安・緊張を和らげよう)
7/8(水)22(水) 13時～	家族支援セミナー ※22日は自助会の予定 (保護者の方々のための講座です)
7/9(木)16(木) ①13時～ ②14時半～	初級パソコン講座①② 文字入力から丁寧にレクチャーします (自習形式で自分のペースで学習を進められます)
7/7(火)21(火) 13時～16時	簿記3級を学ぶ講座
7/17(金)13時～	コミュニケーションセミナー (人とうまく関わるポイントを学びます)
7/11(土)13時～	行動変容セミナー (敬語の使い方と利点について学びます)

7/1は七夕飾りをを行います！



#### まずは気軽にご相談ください!!

ご不明な点や、不安なこと、心配なこと等ありましたら、たまなサポステは通常どおり開所していますので、下記まで気軽にご連絡ください



<JR玉名駅から徒歩約2分 駐車場完備>

【お問合せ】  
たまな若者サポートステーション  
熊本県玉名市中48-4  
☎0968-74-0007

✉tamasapo@air.ocn.ne.jp  
※受付時間 月～金および第2・4土(日祝休)  
10:00～18:00  
◀支援対象▶15～49歳までの方およびそのご家族

たまなサポステ  
ホームページはこちら



●…サポステでの面談（予約制） ■…各種セミナー ★…SUIキラ倶楽部 ◆…出張相談会 ◎…その他

日	月	火	水	木	金	土	
★カウンセリング日に限らず、応募書類作成や面接対策、職場体験・見学プログラム、セミナー、出張相談、職業適性検査など、なんでも相談OKです！ ★来所が困難な方は、WEBを使った面談も可能です。ご相談ください。		<p>たまな若者サポートステーション（熊本県北部地域の若者支援機関） ※支援対象15～49歳 〒865-0064 熊本県玉名市48-4 【開所時間】月～金・第2/第4土曜日 10:00～18:00 【電話】0968-74-0007 【メール】 tamasapo@air.ocn.ne.jp 【ホームページ】 http://tamasapo.jpn.org/</p>		<p>●心理カウンセリング ■13時～ 行動変容セミナー （人に対する不安・緊張を和らげよう） ◆菊池相談会【10時～16時】 （ハローワーク菊池）</p>	<p>●キャリアカウンセリング</p>	<p>●キャリアカウンセリング ◆山鹿相談会【10時～16時】 （山鹿市地域職業相談室）</p>	閉所日
5	6	7	8	9	10	11	
●心理カウンセリング	●キャリアカウンセリング ●心理カウンセリング ■13時～ 簿記3級講座 ◆大津相談会【11時～16時】 （大津町生涯学習センター）	●心理カウンセリング ■13時～ 家族支援セミナー （※ご家族向けの内容です） ◆阿蘇相談会【13時～15時半】 （ハローワーク阿蘇）	●心理カウンセリング ■13時～ 行動変容セミナー （人に対する不安・緊張を和らげよう） ◆菊池相談会【10時～16時】 （ハローワーク菊池）	●キャリアカウンセリング ■13時～ PCセミナー （初級パソコン講座①②） ◆合志相談会【10時～16時】 （合志総合センター「ヴィーブル」）	●キャリアカウンセリング ◆大津相談会【11時～16時】 （大津町生涯学習センター）	●心理カウンセリング ■13時～ 行動変容セミナー （敬語の使い方と使う利点を学ぶ）	
12	13	14	15	16	17	18	
●心理カウンセリング	●キャリアカウンセリング ●心理カウンセリング ◆大津相談会【11時～16時】 （大津町生涯学習センター）	●心理カウンセリング ■13時～ 行動変容セミナー （人に対する不安・緊張を和らげよう） ◆菊池相談会【10時～16時】 （ハローワーク菊池）	●心理カウンセリング ■13時～ 行動変容セミナー （人に対する不安・緊張を和らげよう） ◆菊池相談会【10時～16時】 （ハローワーク菊池）	●キャリアカウンセリング ■13時～ PCセミナー （初級パソコン講座①②）	●キャリアカウンセリング ●心理カウンセリング ■13時～ コミュニケーションセミナー （人とうまく関わるポイント） ◆山鹿相談会【10時～16時】 （山鹿市地域職業相談室）	閉所日	
19	20	21	22	23	24	25	
●心理カウンセリング	●キャリアカウンセリング ●心理カウンセリング ■13時～ 簿記3級講座 ◆大津相談会【11時～16時】 （大津町生涯学習センター）	●心理カウンセリング ■13時～ 家族支援セミナー （※ご家族向けの内容です） ◆阿蘇相談会【13時～15時半】 （ハローワーク阿蘇）	●心理カウンセリング ■13時～ 家族支援セミナー （※ご家族向けの内容です） ◆阿蘇相談会【13時～15時半】 （ハローワーク阿蘇）	<p>最新情報については ホームページを ご参照ください！</p>		閉所日	
26	27	28	29	30	31		
		●キャリアカウンセリング ●心理カウンセリング ◆大津相談会【11時～16時】 （大津町生涯学習センター）	●キャリアカウンセリング	●キャリアカウンセリング ◆荒尾相談会【13時半～16時】 （荒尾市役所）	●心理カウンセリング	<p>来所時はマスク着用と 手指消毒にご協力ください！</p>	