

2024

2

## たまサポ通信

発行者：たまな若者サポートステーション サポステ

## 2月のセミナー情報

職業適性検査 (GATB) <随時実施中>  
希望の方は事前にご連絡ください※要予約

参加は無料です ※新型コロナウイルス感染症の感染状況によっては中止・延期の可能性もあります

15～49歳までの方もしくはそのご家族のご相談をお受けしております。就職氷河期世代の方の支援もハローワークと連携して行っていますので、気軽に相談ください。

スタッフの  
つぶやき…

一步前に進むとすればするほど、何かしらの葛藤も同時に生まれることがあります。

そんなときは、自分の悩みや想いを誰かに話したり、聴いてもらうことで、葛藤の中身が整理され、自分の進みたい方向が明確になるきっかけをつかめるかもしれません。

きっかけづくりのために、気軽にサポステに話に来てみてくださいね。

## 2月のSUIキラ

サポステでとれた白菜とジャガイモでシチューを作ります♡興味がある方はお問い合わせください!

日時:2/9(金) 13:00～  
参加費:100円  
場所:たまなサポステ

カウンセリング、適性検査、セミナー参加希望の方は気軽に下記お問合せ先までご連絡ください



【お問合せ】

たまな若者サポートステーション

支援対象：15～49歳までの方またはそのご家族  
熊本県玉名市中48-4

☎0968-74-0007

✉tamasapo@air.ocn.ne.jp

&lt;JR玉名駅から徒歩約2分 駐車場完備&gt;

たまなサポステ  
ホームページはこちら

遠方で来所が難しい方はZOOMを使ったオンライン面談も可能です。ご相談ください。

※開所時間 月～金・毎月第4土 (日祝休)  
10:00～18:00

| 日程             | 講座名         | 内容   |
|----------------|-------------|--|
| 2日(金)<br>13時～  | 行動変容セミナー    | 仕事に役立つ心理学講座                                    |
| 7日(水)<br>13時～  | 行動変容講座      | イヤな気分よ、さようなら<br>～毎日が生きやすくなる最強の技術～              |
| 19日(月)<br>13時～ | コミュニケーション講座 | コミュニケーションについて<br>楽しく学びます                       |
| 21日(水)<br>13時～ | フリースペース     | そろそろ「私」で生きていく<br>ただ 居る だけの 居場所<br>※どなたでも参加可能です |
| 26日(月)<br>13時～ | 就職準備セミナー    | 会社について知ろう<br>～「会社」「働く」って何?～                    |

## 初級パソコン講座 毎週木曜日

1日・8日・15日  
22日・29日(木)  
①13時～  
②14時半～初級パソコン講座①  
初級パソコン講座②文字入力から丁寧に指導します  
(自習形式で自分のペースで学習を進められます)

## 家族支援セミナー 隔週水曜日

14日(水)  
28日(水)  
13時～

家族支援セミナー

保護者の方々のためのセミナーです  
※28日は自助会です

# 2024 2月 たまな若者サポートステーション 日程表



●…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  |
|---|---|--|--|--|--|--|
| <p>★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、職業適性検査、セミナー、出張相談など、なんでも相談OKです！</p> <p>★応募書類作成はサポステのパソコンを使用して、プリントアウトまで可能です。</p> |   |  |  |  |  |  |
|   |   |  |  | 1  | 2  | 3  |
|   |   |  |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>●キャリアカウンセリング</li> <li>■13時～ パソコン講座①②</li> <li>◆荒尾相談会【13時半～16時】(荒尾市役所 43号会議室)</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>●キャリアカウンセリング</li> <li>●心理カウンセリング</li> <li>■13時～ 行動変容セミナー(仕事に役立つ心理学講座)</li> <li>◆山鹿相談会【10時～16時】(鹿本地域振興局 小会議室)</li> </ul>                             | <p>閉所日</p>   |
| 4   | 5   | 6  | 7  | 8  | 9  | 10   |
|   | <ul style="list-style-type: none"> <li>●キャリアカウンセリング</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>●キャリアカウンセリング</li> <li>◆大津相談会【11時～16時】(大津町役場 相談室)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>●キャリアカウンセリング</li> <li>●心理カウンセリング</li> <li>■13時～ 行動変容セミナー(イヤな気分よ、さようなら～毎日が生きやすくなる最強の技術～)</li> <li>◆菊池相談会【10時～16時】(ハローワーク菊池)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>●キャリアカウンセリング</li> <li>■13時～ パソコン講座①②</li> <li>◆合志相談会【10時～16時】(合志総合センター「ヴィーブル」)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>●キャリアカウンセリング</li> <li>●心理カウンセリング</li> <li>★13時～SUIキラ倶楽部(シチューを作ろう)</li> </ul>  | <p>閉所日</p>   |
| 11  | 12  | 13   | 14   | 15   | 16   | 17   |
| <p>振替休日</p>   |   | <ul style="list-style-type: none"> <li>●キャリアカウンセリング</li> <li>◆大津相談会【11時～16時】(大津町役場 相談室)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>●キャリアカウンセリング</li> <li>●心理カウンセリング</li> <li>■13時～ 家族支援セミナー(※ご家族向けの内容です)</li> <li>◆阿蘇相談会【10時～15時】(ハローワーク阿蘇)</li> </ul>                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>●キャリアカウンセリング</li> <li>■13時～ パソコン講座①②</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>●キャリアカウンセリング</li> <li>●心理カウンセリング</li> <li>◆山鹿相談会【10時～16時】(鹿本地域振興局 小会議室)</li> </ul>  | <p>閉所日</p>   |
| 18  | 19  | 20   | 21   | 22   | 23   | 24   |
|   | <ul style="list-style-type: none"> <li>●キャリアカウンセリング</li> <li>■13時～ コミュニケーションセミナー(コミュニケーションを楽しく学ぼう!)</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>●キャリアカウンセリング</li> <li>◆大津相談会【11時～16時】(大津町役場 相談室)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>●キャリアカウンセリング</li> <li>●心理カウンセリング</li> <li>■13時～ フリースペース(したいことをなんでもしていい居場所です)</li> <li>◆菊池相談会【10時～16時】(ハローワーク菊池)</li> </ul>            | <ul style="list-style-type: none"> <li>●キャリアカウンセリング</li> <li>■13時～ パソコン講座①②</li> <li>◆合志相談会【10時～16時】(合志総合センター「ヴィーブル」)</li> </ul> | <p>天皇誕生日</p>   | <p>今月の第4土曜日はお休みです。皆様にはご迷惑をおかけしますが、ご理解のほど、よろしくお願いいたします。</p> |
| 25  | 26  | 27   | 28   | 29   | たまな若者サポートステーション  |  |
|   | <ul style="list-style-type: none"> <li>●キャリアカウンセリング</li> <li>■13時～ 就職準備セミナー(会社について知ろう～「社会」「働く」って何?～)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>●キャリアカウンセリング</li> <li>◆大津相談会【11時～16時】(大津町役場 相談室)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>●キャリアカウンセリング</li> <li>●心理カウンセリング</li> <li>■13時～ 家族支援セミナー(※ご家族向けの内容です)</li> <li>◆阿蘇相談会【10時～15時】(ハローワーク阿蘇)</li> </ul>                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>●キャリアカウンセリング</li> <li>■13時～ パソコン講座①②</li> </ul>   | <p>(熊本県北部地域の就労支援機関)</p> <p>〒865-0064 熊本県玉名市48-4</p> <p>【開所時間】月～金および毎月第4土 10:00～18:00</p> <p>【電話】0968-74-0007</p> <p>【メール】tamasapo@air.ocn.ne.jp</p> <p>【ホームページ】http://tamasapo.jp.org/</p> |  |