

2024

3

# たまサポ通信

発行者：たまな若者サポートステーション



## 3月のセミナー情報

<随時実施中>職業適性検査(GATB)  
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

### 職業人講話を開催します!

講話テーマ

～やったら分かった、  
やったら変わった～

講師：宗 紘史様

昔は特にやりたいこともなく働いていたという宗さんのこれまでの日々をお伺いします。現在は介護福祉士、理学療法士として、日々いろいろな方と触れ合いながら働いておられます。

参加費  
無料

3月のSUIキラ

「謎解き」  
—なぞとき—  
3月8日(金)13時～

準備物：筆記用具

場所：たまな若者サポートステーション

日程：2024年3月15日(金)

時間：13:00～15:00

場所：たまな若者サポートステーション

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](#)

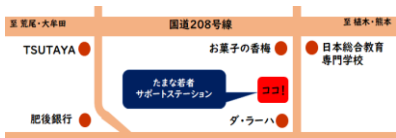
支援対象：15～49歳までの方またはそのご家族  
熊本県玉名市中48-4

☎0968-74-0007

✉[tamasapo@air.ocn.ne.jp](mailto:tamasapo@air.ocn.ne.jp)

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



玉名駅

<JR玉名駅から徒歩約2分 駐車場完備>

たまなサポステ  
ホームページはこちら



日程	講座名	内容
6日(水) 13時～	行動変容講座	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～
18日(月) 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 楽しく学びます
21日(木) 13時～	フリースペース	そろそろ「私」で生きていく ただ 居る だけの 居場所 ※どなたでも参加可能です
23日(土) 13時～	行動変容セミナー	仕事に役立つ心理学講座 ～働く意欲をもつための 4つのステップ～
26日(火) 13時～	就職準備セミナー	会社について知ろう ～「会社」「働く」って何?～

### 初級パソコン講座 毎週木曜日

7日・14日・ 21日・28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

13日(水) 27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 ※27日は自助会です。
--------------------------	----------	-------------------------------------



# 2024 3

## 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
					1	2
<p>★カウンセリング日に限らず、なんでも相談OKです!</p> <p>応募書類作成や面接対策、職場体験・見学プログラム 適性検査、各種セミナー、出張相談など</p> <p>※一般職業適性検査は事前予約が必要です。 まずはお問い合わせください。</p>		<p>★履歴書や職務経歴書などの応募書類作成は、サポステのパソコンを使用して作成できます。プリンターで印刷まで可能です。</p>			<p>●キャリアカウンセリング</p> <p>◆山鹿相談会【10時～16時】 (鹿本地域振興局 小会議室)</p>	<p>閉所日</p>
3	4	5	6	7	8	9
	●キャリアカウンセリング	●キャリアカウンセリング	●キャリアカウンセリング ●心理カウンセリング ■13時～ 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～) ◆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～ パソコン講座①② ◆荒尾相談会【13時半～16時】 (荒尾市役所 教育委員会 会議室)	●キャリアカウンセリング ●心理カウンセリング ★SUIキラ倶楽部(謎解きをしよう!)	閉所日
10	11	12	13	14	15	16
	●キャリアカウンセリング	●キャリアカウンセリング	●キャリアカウンセリング ●心理カウンセリング ■13時～ 家族支援セミナー (※ご家族向けの内容です) ◆阿蘇相談会【10時～15時】 (ハローワーク阿蘇)	●キャリアカウンセリング ■13時～ 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 ●心理カウンセリング ◎13時～ 職業人講話(有限会社ライフケア) ◆山鹿相談会【10時～16時】 (鹿本地域振興局 小会議室)	
17	18	19	20	21	22	23
	●キャリアカウンセリング ■13時～ コミュニケーション講座 (自分を表現してみよう)	●キャリアカウンセリング ◆大津相談会【11時～16時】 (大津町役場 相談室)	閉所日 	●キャリアカウンセリング ●心理カウンセリング ■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) ■13時～ パソコン講座①②	●キャリアカウンセリング	●キャリアカウンセリング ●心理カウンセリング ■13時～ 行動変容セミナー (仕事に役立つ心理学)
24	25	26	27	28	29	30
	●キャリアカウンセリング	●キャリアカウンセリング ■13時～ 就職準備セミナー (社会の仕組みを知ろう)	●キャリアカウンセリング ●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【10時～15時】 (ハローワーク阿蘇)	●キャリアカウンセリング ●心理カウンセリング ■13時～ 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 ●心理カウンセリング	閉所日

どんな所でもつかえるあたたかい言葉

「何かと忙しい季節の変わり目かと存じます。くれぐれもご自愛ください。」

「ご自愛ください」は「ごじあいください」と読みます。「ご〇〇ください」は相手に何かをお願いする時の敬語。自分を慈しむ「自愛」という言葉を入れることで、「ご自身のお体を大事にしてください」という気持ちを伝える意味になります。手紙やメールの結び言葉として多く用いられ、目上の方にも使用できる丁寧な表現です。

「お問合せ」  
たまな若者サポートステーション  
(熊本県北部地域の就労支援機関)  
〒865-0064 熊本県玉名市48-4

【開所時間】月～金および毎月第4土 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/



CHECK!

たまなサポステ  
ホームページ