



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
たまな若者サポートステーション

1月のセミナー情報

参加は無料です

日程	講座名	内容
15日(水) 29日(水) 13時~	行動変容講座	NEW 【シリーズ】 怒り恐怖症克服プログラム
21日(火) 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
24日(金) 13時~	就職準備セミナー	会社について知ろう ~幸せに働くとはどういうこと~
25日(土) 13時~	行動変容セミナー	仕事に役立つ心理学講座

初級パソコン講座 毎週木曜日

9日・16日 23日・30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

8日(水) 22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 ※22日は自助会です
-------------------------	----------	--------------------------------

あけましておめでとうございます!

新しい年が始まりました。今年はどんな一年にしたいですか?
「新しい(あたらしい)」と「改める(あらためる)」はもともと
同じ語源だそうです。全く新たなものに取り組むことも、いつもの
行動パターンをほんの少し変えて(改めて)みたり、しばらくや
ってなかったことに「改めて」取り組んでみることも、いずれも
「新しい」ことです。ほんの少しの「改めて」をきっかけに、
新たな一年をスタートしてみるのもいいかもしれませんね。
今年もよろしくお願いいたします!



1月 SUIキラのおしらせ

サポステ流

書き初め

日にち: 2025年1月28日(火)
時間: 13時半~
場所: たまな若者サポートステーション

~墨で好きな言葉や絵をかこう~

15歳~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

<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



遠方から来所が難しい方は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



2025



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

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～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://tamanasapo.jpn.org/

たまなサポステ
ホームページ



★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!

【年末年始 閉所日】

2024年12月28日(土)～2025年1月5日(日)

1月6日(月)の13時より開所をします。

皆様にはご不便をおかけしますがご理解のほどお願いいたします。



日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
 13時より開所 ●キャリアカウンセリング	●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)	●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	●キャリアカウンセリング	閉所日
12	13	14	15	16	17	18
成人の日 	●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～ 行動変容講座(怒り恐怖症克服プログラム) ◆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 ●心理カウンセリング ■13時～ 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～ 行動変容講座(怒り恐怖症克服プログラム) ◆山鹿相談会【10時～16時】 (鹿本地域振興局 小会議室)	●キャリアカウンセリング	閉所日
19	20	21	22	23	24	25
●キャリアカウンセリング ●心理カウンセリング	●キャリアカウンセリング ■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) ◆大津相談会【11時～16時】 (大津町役場 相談室)	●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)	●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	●キャリアカウンセリング ●心理カウンセリング ■13時～ 就職準備セミナー(会社について知ろう～幸せに働くとはどういうこと?～) ◆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～ 行動変容セミナー (仕事に役立つ心理学)	●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)
26	27	28	29	30	31	
●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～ 行動変容講座(怒り恐怖症克服プログラム)	●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	●キャリアカウンセリング ●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	