

2025



# 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

## 2月のセミナー情報

参加は無料です

日程	講座名	内容
5日(水) 19日(水) 13時~	行動変容講座	【シリーズ】 怒り恐怖症克服プログラム
21日(金) 13時~	就職準備セミナー	会社について知ろう ~社会人になるということ~
22日(土) 13時~	行動変容セミナー	仕事に役立つ心理学講座
25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

### 初級パソコン講座 毎週木曜日

6日・13日 20日・27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

12日(水) 26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 ※26日は自助会です
--------------------------	----------	--------------------------------

## 2月 SUIキラのおしらせ

# チョコバナナを作ろう

# リベンジ



日時 2月14日(金) 13:30~  
参加費 100円

10月のたまサポ文化祭でおこなった、チョコバナナ作りの2回目です！  
前回作った時は工程をひとつとばしてしまったので、次こそ  
しっかりばっちり、チョコバナナ作りに挑戦したいと思います。  
バレンタイン当日、みんなでおいしいチョコバナナを食べましょう😊  
ぜひご参加ください🌟



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



<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



【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

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

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

日	月	火	水	木	金	土
						1 閉所日
2	3 ●キャリアカウンセリング 	4 ●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)	5 ●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)	6 ●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)	7 ●キャリアカウンセリング ◆山鹿相談会【10時～16時】 (鹿本地域振興局 小会議室)	8 閉所日
9	10 ●キャリアカウンセリング ●心理カウンセリング	11 建国記念の日 	12 ●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)	13 ●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」)	14 ●キャリアカウンセリング ★13時半～ SUIキラ倶楽部 (チョコバナナを作ろう～リベンジ～)	15 閉所日 
16	17 ●キャリアカウンセリング ●心理カウンセリング	18 ●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)	19 ●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)	20 ●キャリアカウンセリング ■13時～ パソコン講座①②	21 ●キャリアカウンセリング ■13時～ 就職準備講座(会社で働くって何?～社会人になるということ～) ◆山鹿相談会【10時～16時】 (鹿本地域振興局 小会議室)	22 ●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)
23 天皇誕生日  振替休日	24	25 ●キャリアカウンセリング ■13時～コミュニケーションセミナー(コミュニケーションについて楽しく学びます)	26 ●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)	27 ●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」)	28 ●キャリアカウンセリング	たまなサポステ ホームページ 

★適性検査は一般職業適性検査(GATB)、職業レディネス・テスト(VRT)の2種類あります。事前予約が必要ですので、まずはお問合せください。

★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。プリントアウトまで可能です。

《お問合せはこちら》

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)

【所在地】 〒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://tamasapo.jpn.org/>