

2025  
6月

# 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

## 6月のセミナー情報

参加は無料です

日程	講座名	内容
4日(水) 18日(水) 13時~	行動変容セミナー	【シリーズ】ストレスダメージから早期回復する方法
10日(火) 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ぼう
23日(月) 13時~	行動変容セミナー	仕事に役立つ心理学講座④
27日(金) 13時~	就職準備セミナー	会社について知ろう ~職場で活躍するために~

### 初級パソコン講座 毎月3回(木曜日)

12日・19日 26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

11日(水) 25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 ※25日は自助会です
--------------------------	----------	--------------------------------

## サポステセミナー紹介②

### 就職準備セミナー



「働くこと」について様々な角度で学びながら少しずつ準備を進めていきます。仕事選びや職場の人間関係、面接対策など、働く上で気になるポイントを整理しながら、不安を減らし、次のステップへ進むためのヒントを得ることができます。

#### 【セミナーに参加された方の感想】

- ・社会に出るのは大変だけど、色々なメリットがあるのも分かったので楽しみです。
- ・企業に求めるものが給与や休日などプライベートに関わる部分だけでなく、キャリア・スキルアップができるかなど、仕事面でもあるのだと分かった。

### パソコン講座

パソコンを使うのが初めてでも、久しぶりでも大丈夫です。ひとりひとりのペースに合わせて学習を進めます。文字入力の練習から始める方もいれば、wordやexcelの課題に取り組む方もおられます。



#### 【セミナーに参加された方の感想】

- ・いろんな関数を学びました。前にやっていた部分もあまり覚えていなかったもので、また頑張りたいです。
- ・行と空白の設定を繰り返しおこない、できるようになった。

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 6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
1	2	3	4	5	6	7
●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	●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～ 行動変容セミナー(【シリーズ】 ストレスダメージから早期回復する方法)  ◆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  ◆荒尾相談会【13時半～16時】 (荒尾市役所 24号会議室)	●キャリアカウンセリング ●心理カウンセリング  ◆山鹿相談会【10時～16時】 (鹿本地域振興局 小会議室)	閉所日
8	9	10	11	12	13	14
●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 ■13時～ コミュニケーション講座(コミュニ ケーションを楽しく学びます★)	●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～ 家族支援セミナー (※ご家族向けの内容です)  ◆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～ 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	閉所日
15	16	17	18	19	20	21
●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  ◆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～ 行動変容セミナー(【シリーズ】 ストレスダメージから早期回復する方法)  ◆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～ 行動変容セミナー(【シリーズ】 ストレスダメージから早期回復する方法)  ◆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  ◆山鹿相談会【10時～16時】 (鹿本地域振興局 小会議室)	閉所日  <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> <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> </div>
22	23	24	25	26	27	28
●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 心理学講座)	●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 ■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～ 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  ◆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～ 就職準備セミナー(会社について 知ろう～職場で活躍するために～)	閉所日
29	30	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; text-align: center;"> <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、セミナー、出張相談など、 なんでも相談OKです！</p> </div>			<p><b>たまな若者サポートステーション</b> (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://tamasapo.jp.org/</p>	
●キャリアカウンセリング ●心理カウンセリング					<p>たまサポ ホームページ</p>	