

2025
11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



11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
11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
17日(月) 13時～	行動変容セミナー	仕事に役立つ心理学講座④ ～勤労感謝 自分をいたわるスキル実践～
21日(金) 13時～	行動変容セミナー	仕事に役立つ心理学講座④ ～仕事・就活・人間関係に疲れた人向け～
25日(火) 13時～	就職準備セミナー	会社について知ろう ～多様な働き方を理解する～

初級パソコン講座 毎月4回(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
--------------------------	----------	--------------------------------

朝夕ひんやりして秋めいてきました
“読書の秋”ということで今月は本の紹介です



『選ばない仕事選び』 浅生 鴨(あそう・かも)

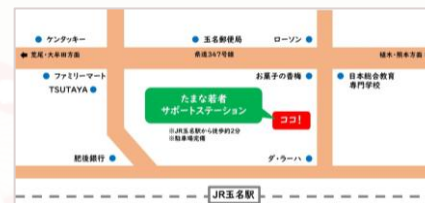


行き当たりばったりの人生を歩みながらも、さまざまな仕事に出会い、楽しみながら生きてきた自身の経験をもとに、「働くこと」や「選ぶこと」について、肩の力を抜いて語っています。

焦って「正しい仕事」を探すのではなく、実際に働いてみて、少しずつ自分を知っていく。どの仕事を選んでも、多分、だいじょうぶ。そんなメッセージが込められています。

「それに、なによりも、大人のアドバイスは真に受けちゃいけないからね」という一文がなんだかとっても沁みました(笑)

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 11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
		 カウンセリング日に限らず、応募書類作成や面接対策、職業適性検査、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！				1 閉所日
2	3 	4 ●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）	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【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）	6 ●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 ◆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 ●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）	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 ●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セミナー（コミュニケーションについて楽しく学びます）	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）	13 ●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」）	14 ●キャリアカウンセリング ●心理カウンセリング	15 閉所日 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。
16	17 ●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）	18 ●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）	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【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）	20 ●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	21 ●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） ◆山鹿相談会【10時～16時】 （鹿本地域振興局 小会議室）	22 閉所日 
23	24  振替休日	25 ●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～多様な働き方を理解する～）	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 ●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」）	28 ●キャリアカウンセリング ●心理カウンセリング	29 閉所日 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）
〒865-0064 熊本県玉名市48-4

【開所時間】
【電話】
【メール】
【ホームページ】

月～金・第4土曜 10:00～18:00
0968-74-0007
tamasapo@air.ocn.ne.jp
http://tamasapo.jp.org/