

働く一歩を、サポステと。

15歳～49歳が対象!!

「働きたいけど、一歩が踏み出せない」
「人と話すのが苦手」「何から始めればいいかわからない」
サポステはそんな悩みや不安に寄り添いながら、あなたに合った就労支援を行っています。

サポステ
地域若者サポートステーション

ひと、くらし、みらいのために
厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

サポステは全国各地に!
お気軽にご相談ください

サポステ

サポステの支援内容は裏面へ!

働くことの 悩み相談 から
職場定着 までサポートします。



「サポステ」は、働きたいあなたを支援する厚生労働省委託の支援機関です。
働くことに悩みを抱えている15歳から49歳までの方を対象に、
就職のための準備から就職後の職場定着までを
全面的にバックアップしていきます。

サポステ利用の流れ

まずは、どんなことでもお気軽にご相談ください。ご家族からのお問い合わせやご相談も大歓迎です。

01 予約
電話またはメールで
ご予約ください。
お待ちしています。

02 相談・面談
あなたとしっかりと
話し合い、解決策を
一緒に検討します。

03 各種支援
無料の就労支援プロ
グラム。「踏み出す力」
を身につけられます。

04 就職
就職活動に必要と
なる、さまざまな
情報を提供します。

05 定着支援
就職後も支援。職場に
定着するまで継続して
サポートします。

就労支援プログラム

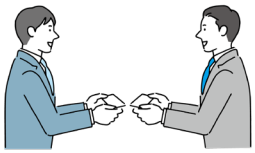
「一歩」が見つかる無料の各種支援。この他にも多彩なプログラムを用意しています。



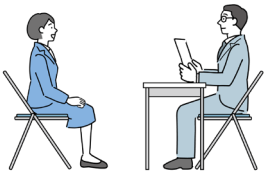
コミュニケーション講座
人との関わり方を学び、
会話に対する苦手意識を克服。



ジョブトレ（就業体験）
希望や状況に合わせて、
いろいろな仕事を見学・体験。



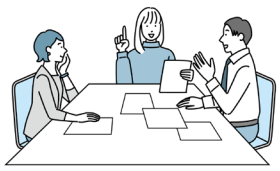
ビジネスマナー講座
社会人の基本である
ビジネスマナーを覚えます。



就活セミナー
面接対策や履歴書指導など、
就活のノウハウを学びます。



パソコン講座
就職活動や仕事に役立つ
パソコン操作を習います。



集中訓練プログラム※
合宿などを通じて、生活改善や
資格取得等に取り組みます。
※一部のサポステで実施

働くための一歩を、いっしょに。

サポステ
地域若者サポートステーション

・公式ホームページから最寄りのサポステを検索　・最寄りのサポステに電話やメールで相談

サポステは全国各地に！お気軽にご相談ください　サポステ