

月	火	水	木	金	土	日
1 ★大手前通り清掃	2 ●オンラインセミナー 「オンラインであそぼう」 10:00~11:30	3 休所 ＜文化の日＞ ★お城ウォーク 13:00~15:00	4 ●オンラインセミナー 「就活前の心の準備」 10:00~11:30	5 ●ハローワークへ行こう 10:00 サポステ集合	6 ●ひめじサポステ & ジョブトレーニング説明会 10:00~11:30	7 休所 AUTUMN
8 ●道～タオ～ 11:00~12:00 ★大手前通り清掃	9 ●オンラインセミナー 「求人票の見方」 10:00~11:00 ●Word 講座① 13:00~15:00	10 ●オンラインセミナー 「アピールポイントを整理しよう」 10:00~11:30	11 ●職場でのコミュニケーションを考えよう 13:00~14:30	12 ●ハローワークへ行こう 10:00 サポステ集合 ●Word 講座② 13:00~15:00	13 休所	14 休所 ◆お城のそうじ 7:00~8:00
15 ●面接での第一印象を変える！姿勢と歩き方 女性のためのポスチャウオーキング講座 11:00~12:30 ★大手前通り清掃	16 ●オンラインセミナー 「応募書類を書いてみよう」 10:00~11:30 ●Word 講座③ 13:00~15:00 ▲上郡町出張相談	17 ▲太子町出張相談	18 ●オンラインセミナー 「志望動機を書いてみよう」 10:00~11:30	19 ●ハローワークへ行こう 10:00 サポステ集合 ●Word 講座④ 13:00~15:00 ●しゃべり場！ 18:30~20:00 ●ちょっと得するミニ講座 10:30~11:30	20 ●ひめじサポステ & ジョブトレーニング説明会 10:00~11:30 ●家族向け情報交換会 13:00~15:00	21 休所
22 ●オンラインセミナー 「面接のキホン」 13:00~14:30 ★大手前通り清掃 ★活動計画を立てよう 11:00~11:30 ★封入作業 (カレンダー) 13:00~15:00	23 休所 ＜勤労感謝の日＞	24 ▲太子町出張相談	25 ●オンラインセミナー 「オンライン面接の練習をしよう」 13:00~14:30 ★封入作業 (ニュース) 13:00~15:00	26 ●ハローワークへ行こう 10:00 サポステ集合 ●就職氷河期世代支援セミナー 13:00~15:30 ●ちょっと得するミニ講座 10:30~11:30	27 休所	28 休所 ◆亀山御坊楽市楽座 6:30~15:00
29 ●働くって何ですか？ (自分で自分を幸せにする覚悟ができた時、人生が動き出した) 11:00~12:00 ★大手前通り清掃	30 ▲佐用町出張相談	◆運営団主催 ボランティア活動 ★ジョブトレーニング		●セミナー ●オンラインセミナー ▲相談会 (詳細は裏面)	セミナー・ジョブトレの予約はコチラ 	

## ■ひめじ若者サポートステーションとは

働くことについて様々な悩みを抱えている若者の皆さんが就職に向かえるように多様な支援でサポートします。

対象：無業の状態にある若者(15～49歳)

利用料：無料

開所時間：月曜～土曜(10:00～17:00)

(第2・第4土曜日は休み) \* 行事によって変更有



## ■ご利用の流れ

「ひめじサポステ利用説明会 & ジョブトレーニング説明会」  
利用方法や支援内容についてご説明します

インテーク相談  
働くための課題やこれらについて一緒に考えます

体験  
グループ活動  
職場見学・体験

相談  
キャリア相談  
心理相談

セミナー  
就職活動に必要な準備やマナー等



フリーWi-Fi・貸出用PC有  
受付で申し込んでね！



## ■お問い合わせ・お申込み

厚生労働省委託事業ひめじ若者サポートステーション  
(運営 認定特定非営利活動法人コムサロン21)

住所 〒670-0923

姫路市呉服町48 大手前通りハトヤ第一ビル6階

TEL 079-222-9151 FAX 079-222-9152

H P <https://www.himeji-wakasapo.com>

MAIL [info@himeji-wakasapo.com](mailto:info@himeji-wakasapo.com)

<https://fb.me/Himejiwamonosupportstation/>

@himejiwakasapo

JR 姫路駅より徒歩6分

ホームページ

LINE





# 働く前の相談所



姫路での就職活動に便利な拠点は→

ひめじ サポステ

検索



## 就活ステップセミナー

就職活動に必要な準備ができるセミナーです

### 就活前の心の準備セミナー

就活を始める方が、これからの活動を考えるきっかけづくりをします。

### 応募書類を書いてみよう

初めて応募書類を書く方や、書くのが苦手な方のための基本セミナー。

### じぶんストーリーをつくってみよう

「ライフラインチャート」を使って自分を見つめ直し、大切にしたい価値観や強みに気づきます。

### 面接のキホン

面接の種類や気を付けるべきポイント、採用側の視点などを講義形式で学びます。

### アピールポイントを整理しよう

これが分かると就活はグッと楽になる！自分の価値を上手にアピールするためのセミナーです。

### 志望動機を書いてみよう

書き方の例を参考に、応募する企業にマッチした志望動機の考え方を学びます。



## マナー＆コミュニケーション

「人や社会と関わる力」を様々な機会です身につけます

### やさしいビジネスマナー講座

挨拶の仕方や身だしなみはもちろん、封筒・手紙の書き方など、実践練習ができます。

### コミュニケーション講座

グループワーク形式でコミュニケーションの練習をします。内容は毎月変わります。

### タオ〜道

話す事が苦手な人も話したい人も集合！グループで自由に聞いたり話し合ったりできます。

### 合説準備講座

合同企業説明会に参加する際に知っておきたいマナーや対応法を学びます。

### 適職診断（個別対応・予約制）

どんな仕事が自分にあってる？自分のことを知りたい方、自己理解を深めて仕事選びに役立てよう！

### 応募書類添削・模擬面接

応募先や自分に合った書類の書き方、面接の質疑応答を練習します。事前予約を優先します。



## しごと理解・体験

社会やしごとを理解し、グループで活動します

### 求人票の見方

求人票や応募書類のポイントをハローワーク職員の方から直接教えてくださいいただきます。

### 未来セミナー・働くって何ですか

企業で働く先輩や経営者の方に、働くためのヒントや心構えをお話し頂きます。

### 職場見学・職場体験

企業に訪問し、職場を見学したり、実際のお仕事を体験することができます。

### 職業興味グループワーク

VRカードを使って、楽しく簡単に職業興味を整理します。自己理解も深まります。

### 企業研究グループワーク

求人検索だけでは理解は深まりません。自分なりの視点を話し合い企業研究をするグループワーク。

### ハローワークに行こう

スタッフが一緒にハローワークに同行します。初めて登録する人も気軽に参加できます。



## はじめてご利用される方や保護者の方・卒業生

ひめじサポステ&ジョブトレーニング利用説明会 サポート内容や利用方法、登録についてご案内します。（予約制）

### しゃべり場！

卒業生のための交流会。お仕事を続けていく上で役立つセミナーやワークショップ、交流会など。

### オンラインであそぼう

オンラインでセミナーを受けるの初めての方のための、操作法に慣れるためのオンライン講座です。

### 家族向け情報交換会

保護者の方の情報交換会。家族の悩みや当事者への接し方について情報共有や意見交換をします。

### 就職への Re スタート

就職氷河期世代対象の就活講座。40代からの就職活動の進め方、再就職や転職にあたって、心がけたいポイントを学びます。

### ジョブトレーニング

ボランティア活動やグループでの作業体験を通して働くための生活習慣・体力や社会人として必要な基礎能力を身につけます。

**\*失業給付受給中の方は、就職活動実績になります。証明の発行はお申し出ください。**



## 各セミナー・プログラムの受講方法

事前にお電話又はLINE、ご来所頂きご予約をお願いします

☎ 079-222-9151

\*ご登録の無い方は初回のみおためし受講が可能です。2回目以降は登録が必要になりますのでご了承ください。



なかなか姫路まで足を運べない方へ…今月の出張相談会 お申し込みは各市町へ直接お電話下さい

上郡町		佐用町		太子町
日程 11月16日(火) 10:00-11:00-12:00- 場所 第2庁舎2F 会議室 申込 産業振興課 商工観光係 0791-52-1116		日程 11月30日(火) 10:00-11:00-12:00- 場所 保健センター 申込 商工観光課 定住対策室 0790-82-0670		日程 11月24日(水) 10:00-11:00-12:00- 場所 太子町役場 申込 産業経済課 商工観光係 079-277-5993