

ちょっと役立つ旬な就活情報をお届け！



# サポステタイムス

2019年  
12月号

今月のサポステタイムスは、『ジョブトレーニングから始めてみよう！働くに向けてのチャレンジ！』を特集！仕事経験が少ない方、体験を通して適性を知りたい方などにおすすめのプログラムです。体験者レポートも合わせてお届けします！

## ジョブトレーニングから始めてみよう！ 働くに向けてのチャレンジ！



働くために踏み出したい！  
でも、経験がなくて自信が  
もてなくて・・・

前職を辞めてからブランクが  
空いてしまったので、生活  
リズムを取り戻したい！



ジョブトレーニングで、  
働くイメージを体験して  
みませんか？

現在の状況や悩み、希望  
を相談しながら体験内容や  
スケジュールを調整します。

### ジョブトレーニングとは

2～7日間、働く現場の空気を味わい  
ながら仕事理解を深め、仕事に必要な  
コミュニケーションを体感するプログラム  
※賃金は発生しません

### 体験先

体験先は西宮市および近隣のエリアの  
事業所



ジョブトレーニング中は、未経験の分野  
にチャレンジし、『働く自分』をイメージ！



### 体験後

振り返り面談を実施。  
気づいたことや心境の変化などを振り返り、  
今後の就職活動に向けて考えていきます！

### 就職活動！



## カフェでの体験

### Q.参加のきっかけは何ですか？

仕事の経験がなく、実際に働いてみたい  
と思っても何から始めればいいのか分かり  
ませんでした。どんな仕事を向いている  
か知るために体験を希望しました。

### Q.ジョブトレーニングを終えた感想は？

初めは、慣れないこともありミスする  
こともありましたが、マスター夫妻やお客  
様から励ましの言葉をもらい5日間頑張  
れました。今まで、働くことは社会人  
としての義務やお金を稼ぐためだと認識  
でした。体験を通じて、自分を形成する場  
でもあることを教えていただきました。

アットホームなお店の雰囲気味わい  
ながら、接客からバックヤードまでを  
体験します。



## WEB制作会社での体験

西宮市の“知ってほしい”情報を発信  
しているWEB制作会社。事務・制作  
補助などアシスタント業務を体験！

### Q.参加のきっかけは何ですか？

なかなか一歩踏み出すことができず  
にいました。そんな時に、体験について知り  
いい機会だと思い挑戦することにしました。

### Q.ジョブトレーニングを終えた感想は？

コミュニケーションに自信がなく、しっかり  
務まるか不安でした。スタッフのみなさんの  
助けがあり頑張れたと思います。少し自信が  
つきました。毎日、気遣いの言葉やこれから  
へのアドバイスもいただき嬉しかったです。  
今後は、短期のアルバイトに挑戦していきた  
いと思っています。



体験後も  
サポートします！

## 職場体験でさらに一歩！

“働ける！”をさらにイメージし就職に向けて新たな可能性を見出すプログラム！

西宮市および近隣市の事業所で実際の就労を体験します。  
期間は1週間～3ヶ月間。(1日あたり4時間以上) ※賃金は発生しません

### 個別相談

個別相談では、相談員と一緒に今後の方向性や応募に向けた対策を考えていきます。

### 各種セミナー参加

パソコン講座、ハローワーク活用講座など就職後も役立つセミナーを通じてスキルアップして就活準備をしていきましょう！



# 12月のスケジュール

月	火	水	木	金	土	日	
2 西宮北口 サテライト相談	3 キャリア相談 パソコン講座	4 キャリア相談	5 西宮北口 サテライト相談	6 キャリア相談 こころの相談	7 休所日	8 休所日 文化の日	
9 西宮北口 サテライト相談	10 キャリア相談	11 キャリア相談	12 西宮北口 サテライト相談	13 キャリア相談	14 開所日 卒業生 MEETS	15 休所日	
16 西宮北口 サテライト相談	17 キャリア相談	18 キャリア相談	19 西宮北口 サテライト相談	20 キャリア相談 こころの相談	21 休所日	22 休所日	
23 西宮北口 サテライト相談	24 キャリア相談	25 キャリア相談	26 西宮北口 サテライト相談	27 キャリア相談	28 休所日	29 休所日	
30 年末年始のため 休所日	31 年末年始のため 休所日	※12/30(月)～1/5(日)は年末年始のため休所します。 年始は1/6(月)から開所します。					

※「キャリア相談」「西宮北口サテライト相談」「こころの相談」は予約制です。初めてご利用の場合は来所か電話で受け付けします。

※「パソコン講座」受講希望の方は申込みが必要です。受講希望の方はお気軽にお問い合わせください。

## サポステ卒業生 MEETS

参加無料

要申込

- 日時** 12/14(土)
- 時間** 10:00～12:00
- 場所** 西宮市立勤労会館 3階 第3会議室
- 対象** 以前、西宮サポステを利用し現在は就労中の方(39歳まで)
- 定員** 6名(先着順)
- 申込** 来所・TEL・メール(n-sapo@career-yell.jp)で受付  
(メールの場合はお名前とお電話番号を明記の上お送りください)

やりがいを感じていること、  
職場での人間関係、仕事の悩み  
など参加者同士でざっくばらんに  
話してみませんか？



39歳までの若者のための  
就労相談窓口

### 西宮若者サポートステーション

【厚生労働省事業】運営：一般社団法人キャリアエール



履歴書などの応募書類  
の添削、面接対策や  
ジョブ・カードの作成等  
お気軽に相談して  
くださいね！

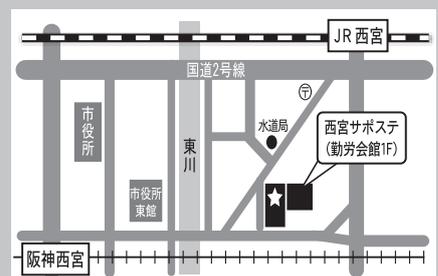
**開所時間** 月～金・第2土曜 9:30～18:00

**TEL** 0798-31-5951

**休所日** 土(第2土曜を除く)日・祝・年末年始

〒662-0912 西宮市松原町2番37号  
西宮市立勤労会館1階

<http://n-saposute.sblo.jp>



▶▶▶ 次号の「月刊サポステタイムス」もお楽しみに！