

月刊

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

12月に入り、イルミネーションの綺麗な季節となりました。今年も残すところあとわずかですね。

さて、2019年最後のサポステタイムスは、さんだサポステ × リクルート『WORK FIT はじめの一步』を大特集！



WORK FIT  
RECRUIT

## はじめの一步 A & B

### 「WORK FIT はじめの一步」とは…?

今の状況に漠然とした不安があり、動き出すきっかけがつかめず、一人で悩んでいる方等を対象に、グループワークを通して、「今の自分の気持ち」を確認し、仕事で活かせる自分の「らしさ（良い面）」を再発見することで、一步を踏み出すことを目的としたプログラムです。

#### 【はじめの一步 A】

自分のありのままの気持ちや、自分らしさを受け入れることの大切さを経験し、一步踏み出すヒントを知ろう！



#### 【はじめの一步 B】

仲間と一緒にワークに取り組む楽しさを味わい、失敗を次に活かすことが成長につながることを経験し、小さな一步を踏み出す体験をしよう！



### おすすめ活用術



一步を踏み出したあなたは、さんだサポステを活用してさらにステップアップ！

#### 就職・進路相談

働くために何から始めたらいいか、キャリアコンサルタントがあなたにあったステップと一緒に考えていきます。

#### ハローワーク活用講座

ハローワークの効果的な利用方法を知り、就職活動を効率よく積極的に進めていけるようになります。

#### 職場体験プログラム

受け入れ事業所で一定期間働くことを体験し、働く自信をつけ、就職に向けての一步を踏み出すプログラム。

日時

【プログラム A】 12月 6日 (金)

【プログラム B】 12月 13日 (金)

10:00 ~ 12:00

対象

39歳までの求職活動中の方

※参加には、[さんだサポステの利用登録](#)が必要です。

場所

さんだサポステ相談ルーム

定員

6名

申込

電話か来所で受付

申込締切

12/5 (木) 17:00



さんだサポステでは、一人ひとりに合ったサポートで、あなたの“働く”を応援します！  
まずは、電話や来所にて、お気軽にお問合せください。

# 12月の予定

| 月   | 火   | 水                           | 木   | 金   | 土                             | 日         |
|---|---|-----------------------------|---|---|-------------------------------|-----------|
| <b>今月のオープンサポステは 12日と26日!</b>                              |   |                             |   |   |                               | 1         |
| <small>オープンサポステでは、<br/>キャリア・インサイト (職業適性診断) が出来ます!</small> |   |                             |   |   |                               | 1<br>休所日  |
| 2<br>キャリア相談   | 3   | 4<br>出張キャリア相談<br>(キッピーモール)  | 5<br>出張キャリア相談<br>(ウッディタウン)                  | 6<br>キャリア相談<br>はじめの一步【A】                          | 7<br>休所日                      | 8<br>休所日  |
| 9<br>キャリア相談   | 10  | 11<br>出張キャリア相談<br>(キッピーモール) | 12<br>出張キャリア相談<br>(フラワータウン)<br>オープンサポステ(午前) | 13<br>キャリア相談<br>はじめの一步【B】                         | 14<br>休所日                     | 15<br>休所日 |
| 16<br>キャリア相談  | 17<br>出張キャリア相談<br>(三木市)<br>パソコンスキルアップ講座   | 18<br>出張キャリア相談<br>(キッピーモール) | 19<br>出張キャリア相談<br>(ウッディタウン)                 | 20<br>キャリア相談<br>出張キャリア相談<br>(加東市)<br>パソコンスキルアップ講座 | 21<br>休所日                     | 22<br>休所日 |
| 23<br>キャリア相談  | 24<br>出張キャリア相談<br>(丹波篠山市)<br>パソコンスキルアップ講座 | 25<br>出張キャリア相談<br>(キッピーモール) | 26<br>出張キャリア相談<br>(フラワータウン)<br>オープンサポステ(午前) | 27<br>キャリア相談                                      | 28<br>休所日                     | 29<br>休所日 |
| 30<br>休所日   | 31<br>休所日                                 | ～お知らせ～<br>年末年始は右記の通り休所します   |   |   | 2019年 12月28日(土)～2020年 1月5日(日) |           |

## 就職につながる! パソコンスキルアップ講座

最新のソフトを使って、Word、Excel、PowerPointの基礎を3日間の講座で学びます。

仕事でよく使用される文書を実際に作成しながら、就活や職場で役立つ操作方法を身につけることを目指します。

**対象** 39歳までの求職活動中で全日程参加出来る方

**会場** 三田市商工会館内

**日程** 12/17(火)、20(金)、24(火)

**時間** 13:00～17:00

**定員** 7名

**申込締切** 12/13(金)17:00

**Word 基礎**  
ビジネス文書作成

**Excel 基礎**  
基本的な関数を使った  
計算式やグラフ作成

**PowerPoint 基礎**  
見栄えのする発表資料作成



## 三田市外でも出張相談実施中!

※時間は、13:00～、14:00～、15:00～の3枠で、1回50分です

### 《加東市出張相談》

**場所** 社福祉センター 2階会議室

**実施日** 毎月第3金曜日

### 《三木市出張相談》

**場所** サンライフ三木 1階

**実施日** 毎月第3火曜日

### 《丹波篠山市出張相談》

**場所** 篠山市民センター 研修室①

**実施日** 毎月第4火曜日

39歳までの若者のための就労相談窓口

申込・問合せはコチラへ↓(参加無料)

## さんだ若者サポートステーション

運営：一般社団法人 キャリアエール [厚生労働省事業]

**受付時間** (月～金)9:30～17:30

**休所日** 土曜・日曜・祝日・年末年始

**TEL** 079-565-9300

履歴書などの添削  
面接対策など  
気軽に相談して  
ください!



〒669-1531 三田市天神1丁目5番33号 三田市商工会館1階  
<https://career-yell.jp/sanda/>

次号もお楽しみに!