

ちょっと役に立つ旬な就活情報をお届け！

# 月刊 サポステタイムス

2023年  
12月号

発行：こうべ若者サポートステーション

早いもので、2023年も残すところあと1ヶ月。今年はどうな1年でしたか？

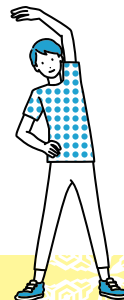
今月号は、12月21日（木）にこうべサポステで行う『就活に向き合うカラダづくり』を大特集します！

兵庫県ニート就労支援ネットワーク事業 就職意識啓発セミナー



## 就活に向き合う

# カラダづくり



『姿勢』って気にしていますか？

姿勢が悪いと、自信がなさそうに見せたり、気持ちも暗くなったりしてしまいます。

就職活動や日々の生活で凝り固まってしまったカラダを整え、

気持ちよく就活に取り組むための“自ら動き出したくなる”カラダづくりを目指します！



開催日時

2023年12月21日（木）  
14:00～15:30

定員

10名

会場

神戸市青少年会館

対象

現在無業状態にある49歳までの就職希望者

講師

背骨コンディショニングパーソナルトレーナー

持ち物

大きめのバスタオル・動きやすい服装

90cm以上のスポーツタオル（またはフェイスタオル2枚）  
筆記用具

申込方法

TEL・メール・来所にて受付



↑  
詳細はコチラ

当セミナーは、雇用保険受給者の『求職活動証明書』の発行が可能です。



メールでお申し込みの際は、  
セミナー名、お名前、年齢、お電話番号を  
記載して送信してください。

TEL:078-335-5630

mail:k-sapo@career-yell.jp

★裏面もご覧ください

# 12月の予定



～49歳までの方の就職活動をサポート！～

月	火	水	木	金	土	日
初めてのの方は、電話か来所でお気軽にお問い合わせください。 ※オンライン相談は随時実施しています。 ※「キャリア相談」は随時受付（予約優先制）。 「こころの相談」は要予約。				1 こころの相談 キャリア相談	2 キャリア相談	3 休所日
4 就活力アップ キャリア相談	5 こころの相談 キャリア相談	6 キャリア相談	7 キャリア相談	8 就活力アップ キャリア相談	9 キャリア相談	10 休所日
11 就活力アップ キャリア相談	12 パソコン講座 キャリア相談	13 キャリア相談	14 パソコン講座 キャリア相談	15 就活力アップ こころの相談 キャリア相談	16 キャリア相談	17 休所日
18 休所日 (施設休館日)	19 こころの相談 パソコン講座 キャリア相談	20 キャリア相談	21 カラダづくり パソコン講座 キャリア相談	22 キャリア相談	23 キャリア相談	24 休所日
25 キャリア相談	26 こころの相談 キャリア相談	27 キャリア相談	28 29 30 31 年末年始休暇 (12/28～1/4)			

## Pick UP! すぐに使える! すぐに役立つ! 就活力アップセミナー

現在就職活動中、もしくはこれから就職活動を始めようと思っている人を対象に、就活に役立つ様々なテーマのセミナーを実施しています。  
 気になるセミナーがあれば、お気軽にご参加ください!  
 詳細はHPやチラシをご参照ください!



**今月のテーマ**  
 コミュニケーション力UP、  
 就活ガイダンス、  
 証明写真のポイント、  
 価値観発見!

- 対象** 49歳までの就職活動中の方
- 場所** 神戸市青少年会館5階 (受付までお越しください)
- 定員** 6名
- 持ち物** 筆記用具

厚生労働省・神戸市委託事業

### こうべ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】

**開所時間** (月～土)9:30～18:00

**休所日** 第3月曜・日曜・祝日・年末年始

**TEL** 078-335-5630

神戸市中央区東川崎町1丁目3番3号  
 ハーバーセンター5階 神戸市青少年会館内

<https://career-yell.jp/kobe/>

