



# サポステタイムス

2024年  
6月号

6月は1年の折り返しにあたる月ですね。今年目標の進捗状況はいかがでしょう。今月のサポステタイムスでは職場体験プログラムを特集します！上手に活用して、就職に関する目標をぜひ達成しましょう！



## 職場体験プログラムとは？

西宮市内外の様々な業界・業種の事業所で、「働く」を体験するプログラムです。実際の職場での仕事を通して、就職活動や働くことそのものへの不安を和らげ、自分の可能性を高めることを目的としています。

MERIT



- ・体力が持つか、仕事こなせるかななどがお試しできる！→具体的な応募先を検討しやすくなります。
- ・未経験の業界や業種にチャレンジできる！→職業選択の幅を広げることにつながります。
- ・体験先の方から働く上でのアドバイスや評価がもらえる！→自分では気づけなかった適性や強みが分かります。

## 対象者

働いたことがない  
働いた経験が少ない  
働くことに不安がある



ブランクが長い  
働く自分がイメージできない



そのようなことにお困りの  
49歳までの方が対象です

## 体験内容

### ◆体験先◆

西宮市および近隣市にある事業所

### ◆内容◆

製造補助・清掃・倉庫内作業・介護・軽作業・事務補助  
※体験先の事業所によって異なります

### ◆体験日程◆

週20時間以上で、1週間～3週間程度

※面談にて相談の上、詳細を決定します  
※体験中の賃金は発生しません



## 体験の流れ

### 1. 申し込み

まずは、サポステまでお問い合わせください。面談日時を決めます。

### 2. 面談

目的や希望などを整理し、体験先や日程を調整します。



### 3. 事前研修

体験内容を確認し、当日の服装や持ち物、1日のスケジュールなどをしっかり研修します。



### 4. 職場体験

実際の「働く」体験を通し、気付きや学びを得て、フィードバックをもらいます。



### 5. 振り返り面談

終了後、体験の成果や課題を振り返り、今後の就職活動の方向性をともに考えます。

いかがでしたか？就職への不安や課題は人それぞれですが、「働く自分への第一歩」として、職場体験プログラムが何かのきっかけになるかもしれません。悩みや不安に一人で向き合うより、一度窓口で相談してみませんか。ぜひお気軽にご利用ください。

# 6月のスケジュール

月	火	水	木	金	土	日
<b>【初めてご利用の方】</b> キャリア相談・各講座をご希望の場合は西宮サポステへのご登録が必要となります。 予めお電話にてご予約をお取りください。					1 休所日	2 休所日
3 キャリア相談	4 キャリア相談	5 キャリア相談	6 キャリア相談	7 キャリア相談	8 開所日	9 休所日
10 キャリア相談	11 キャリア相談 応募書類作成の ポイント	12 キャリア相談 GATB (筆記検査)	13 キャリア相談	14 キャリア相談 GATB (器具検査)	15 休所日	16 休所日
17 キャリア相談	18 キャリア相談 プログラミング体験講座 面接マナー～基礎～	19 キャリア相談	20 キャリア相談 面接マナー～実践～	21 キャリア相談	22 休所日	23 休所日
24 キャリア相談 PC 講座 ビジネスマナー～電話対応～	25 キャリア相談	26 キャリア相談 PC 講座	27 キャリア相談	28 キャリア相談 PC 講座 ビジネスマナー～メール～	29 休所日	30 休所日

適性・適職を知り、就職活動に役立てよう！

## GATB 一般職業適性検査

GATBとは、11種類の筆記検査と4種類の器具検査により、仕事をする上で必要とされる基礎的な能力を測定し、仕事との相性を考え、自己理解を深めるための検査です。



**筆記検査** 6/12 (水) 14:00 ~ 15:30

**器具検査** 6/14 (金) ※時間は個別に調整します

**対象** 49歳までの就職を希望する方  
※現在無職の方、または週の労働時間が20時間未満(アルバイトやパート等)の方が対象です

**定員** 6名 **受講料** 無料

**開催場所** 西宮市民会館 **持ち物** 筆記用具  
西宮市立勤労会館

## 就職につながる！ パソコンスキルアップ講座

仕事でよく使うWord・Excelの基礎を3日間で学びます。  
Wordでは社外文書、Excelでは売上実績表をそれぞれ作成します！



### 日程

【第3期】6/24 (月)、26 (水)、28 (金)  
【第4期】7/17 (水)、19 (金)、22 (月)  
※各日程とも13:00 ~ 16:00

**対象** 49歳までの就職を希望する方  
※現在無職の方、または週の労働時間が20時間未満(アルバイトやパート等)の方が対象です

**定員** 6名 **受講料** 無料

**開催場所** 西宮市立勤労会館 **持ち物** 筆記用具

**備考** 事前説明会への参加必須

49歳までの方のための  
就労相談窓口

## 西宮若者サポートステーション

【厚生労働省委託事業】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

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

