

ちょっと役立つ旬な就活情報をお届け！

月刊

サポステタイムス

2025年
2月号

まだまだ寒さが続いています、いかがお過ごしでしょうか。さて今月号は『卒業後の進路に悩んでいるアナタへ～西宮サポステでこれからのこと一緒に考えてみませんか？～』をお届けします！今年3月に卒業予定の高校3年生、短大・専門学校2年生、大学4年生（中退者の方含む）で、今後の進路について悩んでいるアナタ、一度、西宮サポステでご相談してみませんか？

高校3年生
短大・専門学校2年生
大学4年生の方

卒業後の進路に悩んでいるアナタへ

～西宮サポステでこれからのこと一緒に考えてみませんか？～



就活も進学も
行き詰まっている



何から始めたら
いいかわからない



働く自信が
まだ持てない

今のところ
春からの予定がない

面接が苦手…



自分に合う
仕事って
なんだろう？

初回相談予約
セミナー情報はコチラ！



西宮サポステで
一緒に考えてみませんか？

西宮若者サポートステーションは、厚生労働省から委託を受けて運営している働くことに悩みや不安を持つ方々のための就活サポート窓口です。あなたに合ったペースで、仕事探しについてじっくりご相談いただけます。

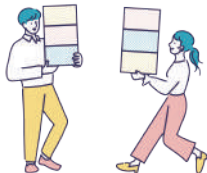
※ご相談・セミナー等をご希望の際は、予約が必要です。HP または お電話 (0798-31-5951) にてお問い合わせください。

キャリア相談



働くために何から始めればいいのか、就職までのステップをキャリアコンサルタントと一緒に考えていきます。応募書類の作成や面接対策も行っています！

職場体験プログラム



仕事経験が少ない方に向けた、協力事業所で働く体験ができるプログラムです。
1週あたり約20時間、2～3週間を目安に実施します。

パソコンスキルアップ講座



対面講座またはeラーニングでの受講可能！

日本マイクロソフト社との協同事業です。パソコンスキルを習得し、応募先の幅を広げたい方などより積極的な就職活動につなげていく意欲がある方にオススメです。

就職応援セミナー



ステップアップしながら就活に必要な内容を学べる就活セミナーズ、自分を知り、適職探しのヒントとなるGATB(一般職業適性検査)、のほか、プログラミングやデバックの体験講座などを開催しています。

利用者の声

10代男性



高校卒業後、入社した会社を数か月で退職。親からサポステでの相談を勧められました。アルバイトをしながら正社員の仕事を探し続ける中で、サポステではアルバイト先での出来事を振り返って整理したり、就活に向けての書類添削や面接練習を行いました。何度もくじけそうになりましたが、かねてから志望していた業界の仕事に就くことができました。

私は新卒の就職活動がうまくいかなかったという意識があり、転職活動にも踏み出せずにいました。サポステではどんな仕事があったか、どんな強みがあるのかなど、自己分析から相談に乗っていただくことができ、少しずつ自分の将来の方向性やビジョンを理解することができました。また、面接対策などをしっかりしていただけたことも、就職活動をする上で自信につながったと思います。

20代男性



大学の就職センターの紹介を受けて、サポステと出会い、就職活動を行っていく上で悩みや面接などの対策を相談しました。個別相談では、就職活動する上で不安であった体のことをどのように伝えたいか、どう向き合っていくのか、これらの悩みを一緒に考えてくれました。また、就職活動する上で自分を知るセミナーにも参加しました。これらを踏まえ、納得した就職先を決めることができました。

集団面接がとにかく苦手なまま大学を卒業し、サポステを利用始めました。「できることからやってみよう」と手始めにアルバイトに挑戦。働くことは遠いこと”と思っていましたが徐々に「完璧でなくていいんだ」と柔軟に考えられるようになりました。今はひとつずつステップアップしながら、正社員になるための就職活動に取り組んでいます。

20代女性



20代女性



2月のスケジュール

月	火	水	木	金	土	日
3 キャリア相談 PC講座	4 就職氷河期世代対象 HW 西宮共催セミナー 『円滑な人間関係の ための聴き方・伝え方』	5 キャリア相談 PC講座	6 キャリア相談 マナーの五大要素で 第一印象アップ!	7 キャリア相談 PC講座	8 開所日	9 休所日
10 キャリア相談	11 休所日 建国記念の日	12 キャリア相談	13 キャリア相談	14 キャリア相談	15 休所日	16 休所日
17 キャリア相談	18 キャリア相談 『聴く』を強化して、 コミュニケーション プログラミング 体験講座	19 キャリア相談	20 キャリア相談	21 キャリア相談	22 休所日	23 休所日 天皇誕生日
24 休所日 振替休日	25 キャリア相談 アサーションで円滑な コミュニケーション	26 キャリア相談	27 キャリア相談	28 キャリア相談		

【初めてご利用の方】

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。
予めお電話やHPにてご予約をお取りください。



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 10 期】

2/3(月)、5(水)、7(金)

【第 11 期】

3/24(月)、26(水)、28(金)

時間 各期ともに 13:00 ~ 16:00

※全日程ご参加いただける方

対象 現在求職活動中の 49 歳までのパソコン初心者の方

定員 6 名

オンライン学習も受付中！

くわしくは、スタッフ
までお問い合わせください。

備考 事前説明会への参加必須

※西宮サポステを初めてご利用の方は
利用登録が必要です。



プログラミング体験講座 ～プログラミングってこういうことか！～

Hour of Code を使用して、プログラミング体験を行う講座です。
※Hour of Code については、<https://hourofcode.com/jp> を
ご覧ください。

日時 2/18(火) 13:30 ~ 15:30

※本格的なコーディングではなく
『プログラミングをする感覚』をつかむ講座です。

対象 プログラミングや IT 業界で働くことに
関心のある 49 歳までの方

定員 2 名※予約制

会場 西宮市立勤労会館

申込 事前予約制。西宮サポステへの利用登録が必要です。



当講座は、東京にいる
講師や日本全国の参加者と
オンラインでつながり
ながら実施します！

※協力：認定 NPO 法人育て上げネット 社会連携事業

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



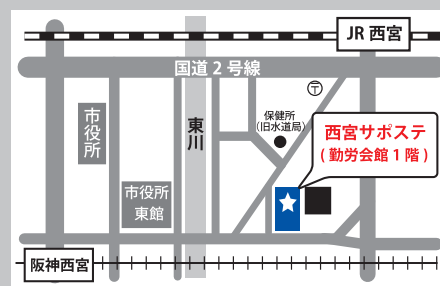
開所時間 月～金・第 2 土曜 9:30 ~ 18:00

T E L 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/>



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！

次号の「月刊サポステタイムス」もお楽しみに！