

もうすぐ春本番を思わせる暖かな日も増えてきましたね。今月号では『勇気の一步 その先に…西宮サポステ体験談』を大特集！サポステ利用者の方の生の声をご紹介します！体験談を通じて、あなたに合った一步を見つけてみませんか？

勇気の一步 その先に…



FIRST
STEP

西宮サポステ体験談



**セミナーに参加して
自立に向けて大きく前進できた！**

(20代 男性)

高校卒業後5年間無職で、自立しなければと考えてサポステへ来所しました。ハローワークへ行ってみたものの、入るのに躊躇して結局入れなかった自分が就活できるか不安でいっぱいでした。昼夜逆転はしていませんでしたが、目標を見失い、ストレスがたまる日々を送っていて、ストレスで自分が崩壊してしまうのではと不安でした。なかなか脱却のきっかけがつかめず、一人で考え込むことが増えていきました。家族とは、無職の年数が伸びていくにつれてケンカが多くなっていき、関係も悪くなりました。

サポステで、ハローワークと一緒に行くセミナーに参加して自立に向けて大きく前進できたと思います。でも、5年間職歴のない若者を採用するところなんであるのか？とマイナスな考えから抜け出せませんでした。そんな中、サポステの相談員の方から厳しくも温かい激励をしていただいたことで、自分自身このままでいいのかと危機感が芽生えました。これがきっかけでプラスの気持ちを持ち続けられたことが、アルバイト決定につながったと思っています。

新卒で入社した会社を1年ほどで退職し、4～5ヶ月経った頃に、サポステの存在を知って相談に来ました。どんな仕事がしたいか、どんな強みが自分にあるのかなど、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。

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。しかし、実際に始めてみると、新卒の時には気付かなかった自分の強みや将来やってみたいことが少しずつ見えてきて、前向きに取り組むことができました。前職が合わなかったり、うまくいかなかったりした記憶があると、就職活動も不安に感じてしまうかもしれませんが、実際に取り組んでみると、新しい気付きや自分の将来のことなどを前向きにとらえられるようになってくると思います。頑張ってください！

**新卒の時は気付かなかった
強みや将来像が見えてきた！**

(20代 女性)



**自分の胸の内を受け止めて
くれることがすごく嬉しく
救われました**

(20代 男性)

サポステの利用は、今回が2回目でしたが、温かく迎え入れていただき、本当に感謝しています。体の不調もあってどんな仕事をすべきか悩んでいました。そこで、プログラミングを体験できるワークに参加しました。自分はコツコツ考えることが好きなのだと分かり、何事も行動してみるものだなと、ワークに参加してよかったと思いました。利用して変わったことは行動するようになったことです。つらいときは話をじっくり聞いていただきました。自分の胸の内を受け止めてくれることがすごく嬉しく救われました。

不安、焦り、色んな感情と向き合わねばならない就活において、サポステを利用することは、大きな1歩になります。人と関わるのがこわくても、体に不安があっても、1人1人の想いによりそって見守って共に伴走してください。サポステの方々に信じて1度訪れてみてください。時間がかかっても少しずつ新しい自分と出会う時がきます。

初回相談予約
セミナー情報は **コチラ**



西宮サポステでは個別相談をはじめ、就職支援セミナー、パソコンスキルアップ講座、職場体験など様々なメニューが充実しています。誰かと話すことでヒントが見つかるかもしれません。まずは、あなたに合ったペースで始めてみませんか？



3月のスケジュール

月	火	水	木	金	土	日
2 キャリア相談 PC講座	3 キャリア相談	4 キャリア相談 PC講座	5 キャリア相談 自分らしく働くための 仕事と会社の選び方	6 キャリア相談 PC講座	7 休所日	8 休所日
9 キャリア相談	10 キャリア相談 会社選びで気を 付けたいこと 10選	11 キャリア相談 GATB(筆記検査)	12 キャリア相談 GATB(器具検査)	13 キャリア相談	14 開所日	15 休所日
16 キャリア相談	17 キャリア相談 もう悩まない! ブランクの上手な伝え方	18 キャリア相談	19 キャリア相談	20 春分の日	21 休所日	22 休所日
23 キャリア相談	24 キャリア相談 今日からできる! 美文字で好印象	25 キャリア相談	26 キャリア相談	27 キャリア相談 デバッグ体験講座	28 休所日	29 休所日
30 キャリア相談	31 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。				



まずはココから！ 就活セミナーズ ～3月のラインナップはこちら～



3/10(火)
13:00
～14:30

会社選びで 気を付けたいこと10選

会社情報のどこを見るか、何を基準にすればよいかなど、会社選びで押さえておきたい要点を10に絞ってお伝えします。

3/17(火)
13:00
～14:30

もう悩まない！ ブランクの上手な伝え方

ブランクがあるので自信がない方、大歓迎。ブランクって何？企業はどう見ている？面接での伝え方を、事例を使って学びます。
一緒にブランクを乗り越えましょう！

3/24(火)
13:00
～14:30

今日からできる！ 美文字で好印象

あなたの文字ひとつで、印象はガラッと変わります。きれいな字が書けるポイントを分かりやすくお伝えします。
美文字で就職活動に自信をつけましょう。

対象者 就職を希望する49歳までの方
※現在無業状態の方、
または週の労働時間が20時間未満の方

定員 各セミナー 8名程度

会場 西宮市立勤労会館 会議室

申込方法 WEB・電話・来所



備考

- ・全ての講座、または希望の講座のみを受講していただけます。
- ・セミナー受講にあたり西宮若者サポートステーションへの利用登録が必要です。
西宮若者サポートステーションのご利用が初めての方は、講座開始15分前にお越しください。

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



公式X始めました！

Follow Me



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/>

