



サポステタイムス

2026年
4月号

今月号では『働きたいアナタを全力サポート！～西宮サポステの支援内容をご紹介～』を特集します！
新たな一歩を踏み出したい方、就職活動をブラッシュアップさせたい方、この機会にぜひご利用ください。

働きたいアナタを全力サポート！ ～西宮サポステの支援内容をご紹介～

自分に合った仕事って
どんな風に探せばいい
のか分かりません…



ブランクが気になって、
就職活動に前向きに
取り組めていません…



サポステとは？

15歳～49歳までの方を対象に、一人ひとりの方の状況に合わせて就労に向けての様々なサポートを行っている就職支援窓口です。
「自分に合った仕事を見つけたい」「仕事を辞めてからブランクがある」「未内定のまま学校を卒業した」「コミュニケーションが苦手」など、働くことに悩みを持つ方々に寄り添いながら“自分らしく働く”ことに向けての支援を行っています。
踏み出せない「今」から「社会に出たあと」まで、安心してご利用いただけます。
※現在無業状態の方、または週の労働時間が20時間未満(アルバイトやパートなどで就労中)の方に
ご利用いただけます。

そのお気持ち、
サポステで話して
みませんか？

まずはホームページやお電話で、
ご予約をお取りください。



キャリアカウンセリング

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、取り組んでいきます。応募書類の作成や面接対策も行っています！



就活セミナーズ

「就活が初めて」「何をすればいいのか分からない」という方を対象に、3か月を1クールとした講座を開催中です。まずはココから始めましょう！



個別面談や各種セミナーなど
働くに向けてサポートします！



自己理解・仕事理解セミナー

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)セミナーのほか、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。自分を知り、仕事を知って、就職活動に活かしていきましょう。



パソコンスキルアップ講座

仕事に必要なWord・Excelの基礎をしっかりと学びます。サポステ利用者の方が取り組みやすいオリジナルテキストでの講ですので、初心者の方も安心して取り組んでいただけます。



就職決定！



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、1～3週間を目安に実施します。



職場定着・ステップ支援

(正規雇用・安定就労に向けた支援)

就職はゴールではなく始まりです。働き始めたあとも、職場定着やキャリアアップを目指すあなたを継続してサポートします！



サポステでは働くための準備はもちろん、応募活動のサポートや働き始めてからのご相談にも応じています。あなたもサポステと一緒に“自分らしく働く”に向けて一歩踏み出してみませんか？どうぞお気軽にお問い合わせください！

4月のスケジュール

月	火	水	木	金	土	日
		1 キャリア相談	2 キャリア相談	3 キャリア相談	4 休所日	5 休所日
6 キャリア相談 PC 講座	7 キャリア相談	8 キャリア相談	9 キャリア相談 PC 講座	10 キャリア相談 PC 講座	11 開所日	12 休所日
13 キャリア相談	14 キャリア相談 好きな色から 性格分析	15 キャリア相談	16 キャリア相談	17 キャリア相談	18 休所日	19 休所日
20 キャリア相談	21 キャリア相談 VPI 職業興味検査	22 キャリア相談	23 キャリア相談	24 キャリア相談	25 休所日	26 休所日
27 キャリア相談	28 キャリア相談 カードを使って 価値観分析	29 休所日 昭和の日	30 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。あらかじめお電話や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 ～4月のラインナップはこちら～

4/14(火)
13:00～14:30

好きな色から性格分析

人が無意識に好む色には、その人の心が反映されています。好きな色から性格を分析して、仕事選びに役立てましょう。

4/21(火)
13:00～15:00

VPI 職業興味検査

160の職業に対して自分の興味・関心の有無を回答する検査です。興味の領域や心理的な傾向が客観的に分かります。
※18歳以上で就業経験の浅い方(おおむね39歳まで)にお勧めです。

4/28(火)
13:00～14:30

カードを使って価値観分析

あなたが働く上で大事にしたい『価値観』を、カードを使って、楽しく発見しましょう。仕事選びや今後の方向性を考えるきっかけにしてみませんか？

対象者 就職を希望する49歳までの方 <small>※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</small>	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。 ・この講座は求職活動証明の対象となります。証明書が必要な方は、事前にお申し出ください。	

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/>

