

“自分らしくはたらく” をカキエル

参加無料

職場体験

プログラム



職場体験プログラムとは？

神戸市内外のさまざまな業界・業種の事業所で、「働く」を体験するプログラムです。実際の職場で一定期間就労を体験することで、働くことや就職活動への不安を和らげ、自分の可能性を高めることで、“自分らしくはたらく” 一步を踏み出すことを目的としています。



- ・体力がもつか、仕事をこなせるかなどのお試しができる！ → 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挑戦できる！ → 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！ → 自分では気づかなかった強みや適性がわかります。

対象者

49歳までの就業にブランクがある方や長期就労もしくは正社員経験の少ない方

体験先

神戸市及び近隣市に所在する事業所

内容・日程

1日当たり4～8時間で1週間～3か月（週20時間以上）
※ 面談にて相談の上、詳細を決定します。
（体験先の職種や体験内容については、お問い合わせください）

体験の流れ

STEP.1

申込み

まずは、サポステまでお問合せください。
（申込方法は裏面をご確認ください。）



STEP.2

面談

目的や希望などを相談し、事業所と体験内容やスケジュールを調整します



STEP.3

事前研修

体験内容を確認し服装や持ち物、1日の流れなど体験時の必要事項などを確認します



STEP.4

体験開始

いよいよ体験！実際の就労を経験し、働くイメージをつかみます
体験を通じて気づいたことなどの振り返りをサポステで行います

よくあるご質問



どのような仕事が体験できますか？

例えば、製造補助や接客業、軽作業や清掃業、介護助手や営業職など幅広い事業所があります。
体験できる内容も様々です。



職場体験は何日参加できますか？

参加日程は、1週間～3か月で、1日あたり4時間以上週5日勤務など、面談にて相談の上、詳細を決定します。



働くことが初めて。
体験内容についていけるか不安…

ご安心ください。体験内容を面談でしっかり説明し、研修を行います。
個別面談後に事業所を決め、あなたに合った職場体験ができます。



体験参加費は必要ですか？

いいえ、無料です。
ただし、体験先までの交通費や昼食代は自己負担となります。また、体験中の賃金は発生しません。



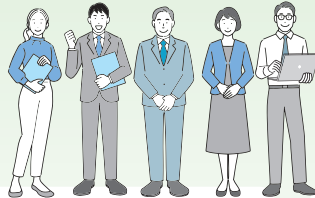
申込方法

①電話 こうべ若者サポートステーションへご連絡ください。▶▶ TEL 078-335-5630

②メール 件名を「職場体験申込」とし、「氏名」「住所（市区町村まで）」「電話番号」を入力して送信してください。▶▶ k-sapo@career-yell.jp

※Eメールでお申込みいただいた場合は、内容を確認してから折り返しご連絡いたします。

※QRコードをスキャンするとメールフォームに移動します。



体験修了者の感想

働いた経験がなくて、不安しかありませんでしたが、体験先の方が丁寧に教えてくれたり、自分ができるまで何度もお手本を見せてくれたりしたので、安心して体験を修了することができました。自分にできることがわかったのと、その中で得意なものも見つかったので、面接のときなどに自信を持って伝えることができました。

(20代 Tさん)

前職を辞めてから20年以上働いていないので、自分にはアピールできるものがないと思っていたし、体験に行くと決めたものの、何もできないのではないかと不安ばかりでしたが、事前の研修も体験が始まってからもサポステの方がサポートしてくれたので、安心して体験できました。

また、体験後に振り返り面談で体験先の方からのフィードバックをもとに客観的な評価をいただき、少しだけ自信を持つことができました。

(40代 Aさん)

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】

☎ 078-335-5630

開所時間：月～金・第3土曜 9:30～18:00

休所日：第3月曜、土曜（第3土曜以外）、日曜、祝日、年末年始

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

こうべサポステ 検索

