



ちょっと役に立つ旬な就活情報をお届け！

サポステタイムス



気温も湿度も上がり、本格的な夏の気配を感じる季節になってきましたね。暑さに負けず、体調管理にも気を配りながら就職活動を進めていきましょう！
さて、今月号は働くことへの不安を自信に変える『職場体験プログラム』を大特集します！



“自分らしくはたらく”をかなへし

職場体験プログラム



職場体験プログラムとは

サポステの取り組みについてご理解・ご賛同をいただいている神戸市内外の事業所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たプログラムです。



49歳までの就業に空白がある方や、長期就労もしくは正社員経験の少ない方を対象としています。

こんな人にオススメ

- ✓ 正社員の経験が少なく、就職活動に不安がある
- ✓ 空白が長くて、働くイメージができない
- ✓ 興味がある仕事が自分に合う仕事かチャレンジしてみたい



職場体験の流れ

STEP 1 申込み	STEP 2 面談	STEP 3 事前研修	STEP 4 体験開始	STEP 5 振り返り面談
<p>まずは、来所または電話、メールよりお問い合わせください。面談の日時を決定します。</p>  <p>← 申込み用メールアドレス</p>	<p>サポステ登録後、体験中の目的や希望などを相談し、受入先事業所と体験内容や体験スケジュールなどの調整をします。</p>	<p>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。</p> 	<p>実際の就労を経験し働くイメージを掴みます。</p> <p>※ 1日当たり4～8時間 1週間～3か月 (週20時間以上) ※ 賃金は発生しません</p>	<p>体験を通じて気づいたことや心境の変化などをもとに振り返りを行い、今後の就職活動の方向性を考えるとともに、受入事業所からのフィードバックを行います。</p>

体験者の声

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るようになりました。

<20代 男性>



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かと思っていました。体験に行くことと決めたものの、何もできないのではないかと思ったり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 男性>



★裏面もご覧ください。

7月の予定



～49歳までの方の就職活動をサポート！～

月	火	水	木	金	土	日
初めてのの方は、電話か来所でお気軽にお問い合わせください。 ※オンライン相談は随時実施しています。 ※「キャリア相談」は随時受付(予約優先制)。 「こころの相談」は要予約。		1 キャリア相談	2 こころの相談 キャリア相談	3 キャリア相談	4 休所日	5 休所日
6 就活力アップ キャリア相談	7 キャリア相談	8 こころの相談 キャリア相談	9 就活力アップ キャリア相談	10 就活力アップ キャリア相談	11 休所日	12 休所日
13 就活力アップ キャリア相談	14 パソコン講座 キャリア相談	15 就活力アップ キャリア相談	16 こころの相談 パソコン講座 キャリア相談	17 就活力アップ キャリア相談	18 キャリア相談	19 休所日
20 休所日 (海の日)	21 パソコン講座 キャリア相談	22 こころの相談 就活力アップ キャリア相談	23 パソコン講座 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	29 就活力アップ キャリア相談	30 こころの相談 キャリア相談	31 キャリア相談		

Pick UP!

すぐに使える!すぐに役立つ! 就活力アップセミナー

現在就職活動中、もしくはこれから就職活動を始めようと思っている方などを対象に、就活に役立つ様々なテーマのセミナーを実施しています。気になるテーマを自由にお選びください!
1回のみでの参加でも大歓迎です。

※ 詳細はHPやチラシでご案内中です。

詳しくはコチラ →



対象 49歳までの就職活動中の方

場所 神戸市青少年会館内

定員 8名程度

今月のテーマ

就活4Daysセミナー、
面接に受かる人・受からない人、
ビジネスマナー講座～面接編～、
面接対策～実践編～、
コミュニケーションUPセミナー



※ 初めて利用される方は
サボステの利用登録が必要です。

ちょっと役立つ「就活」のお話

就活を進めていく上で、ちょっと気になるけど、改めて確認することも気がひける…といった『ちょっと気になるコト』について、毎月少しずつピックアップしてお伝えします。

今月は汗をかくこの時期に気になる『ニオイ対策』について。
暑い時期でも、面接はフォーマルな場であるため、クールビズの案内がなければスーツ着用が無難。
「涼しさ」と「清潔感」を両立できるスーツや速乾性インナーを選ぶことも大切ですが、どうしても汗はかいてしまうもの。
『汗対策に』と香水をつけたり、柔軟剤や香りづけビーズを多用したりするのではなく、**無香料の制汗剤や汗拭きシート**を使用して、ニオイやベタつきを防ぎます。また、ハンカチやタオルを持参して汗をかいたらこまめにサッと拭いておくと髪型の乱れやメイク崩れもしにくくなります。
面接後は、使用したスーツや靴のケアも忘れずに行い、ニオイ菌の増殖を防いで、次に気持ちよく使用できるように準備しておきましょう!



来月も就活にちょっと役立つ「就活」のお話をお伝えします!
お楽しみに!



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/>

こうべサボステ 検索

