サポステ 地域若者サポートステーション

プログラム予定表

２０２６年１１月

月	火	水	木	金	土	日
						1
2	3	4	5	6 (サ)14:00～15:30 サポステくらぶ★	7 (サ)13:00～14:00 卒業生懇談会★ (サ)14:00～15:30 土曜サポくら★	8
9	10 (会)10:00～11:30 就活セミナー (会)13:30～15:00 コミュニケーション トレーニング	11 (サ)10:30～11:30 プログラム説明会★	12 (会)13:30～15:00 総合活動	13	14 **米百俵プレイス東館** **グランドオープン**	15
16	17 (会)10:00～11:30 就活セミナー (会)13:30～15:00 コミュニケーション トレーニング	18 (サ)10:30～11:30 ビジネスマナー 基礎編★	19 (会)13:30～15:00 総合活動	20 (サ)14:00～15:30 サポステくらぶ★	21	22
23 勤労感謝の日	24 (会)10:00～11:30 就活セミナー (会)13:30～15:00 コミュニケーション トレーニング	25 (会)10:00～11:50 職務経歴書講座★	26 (会)13:30～15:00 総合活動 (会)15:15～16:45 やさしい心理学★	27 (会)10:30～11:50 ストレス マネジメント講座 (サ)14:00～15:30 サポステくらぶ★	28	29
30 (会)13:30～15:00 35歳からの 就活セミナー★					11月	

移転のため、相談・プログラムはお休みです
11 月６日（金）からプログラムを再開します

プログラム会場

(会)　４階 会議室
(サ)　サロン

裏面のフロアマップを
ご確認ください

※10:00～17:00は相談支援を実施しています。ご予約ください。
※プログラムは変更や中止になる場合があります。
※相談支援・プログラム参加には事前にサポステ登録が必要です。
（対象：15～49歳の無業の方）詳しくはお問合せください。
※★マークは単発参加可能なプログラムです。

★長岡地域若者サポートステーション★
〒940-0062　長岡市大手通2-2-14　4階
☎０２５８-８６-７７３０
https://www.nagaoka-wsc.org

１１月のおしらせ

サポステ 地域若者サポートステーション

プログラム会場と集合について

プログラム開始時間までに待合スペースに集合してください。スタッフといっしょに会場に向かいます。

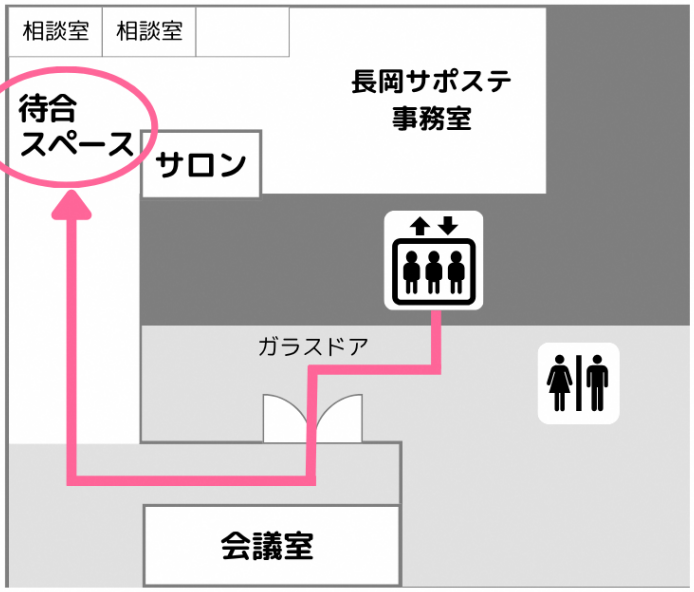
４階会議室

- 就活セミナー
- コミュニケーショントレーニング
- 総合活動
- 職務経歴書講座
- 35 歳からの就活セミナー
- やさしい心理学
- ストレスマネジメント講座

サロン

- プログラム説明会
- ビジネスマナー基礎編
- サポステくらぶ
- 卒業生懇談会、土曜サポくら

11 月 13 日（金）までは、米百俵プレイス東館「１階北側入口」　または、ミライエ西館「３階連絡通路」からご入館ください



プログラム参加について

★必ず読んでください★

- 参加は**予約制**です。担当相談員と相談の上、ご予約ください。
- 遅刻(１５分まで参加可)やキャンセルは**必ずお電話**ください。
- **筆記用具・タオルやハンカチ・飲み物**を必ずお持ちください。

職務経歴書講座　アルバイトを含め働いたことのある方が対象です。　定員４名

プログラム説明会　プログラム参加が初めての方が対象です。　定員４名

35 歳からの就活セミナー　定員６名

おおむね 35 歳以上の方が対象です。11 月はハローワーク活用法です。

開催日時や定員を確認の上、ご予約ください。
また、天候等のやむを得ない事情により、開催内容や時間の変更、開催中止となる場合があります。

プログラム参加には長岡サポステへの登録が必要です。詳しくはお問い合わせください。☎ 0258-86-7730