

京都サポステ プログラムのご案内



どうすればいいかわからない...

イントロダクション

4/17 (金) 13:30~15:30 登録者向けセミナー
4/16 (木) 13:30~15:00 オリエンテーション

4/20 (月) 14:00~15:30 ハローワークマイページ登録会

健康をととのえるプログラム

4/6、13、20 (月) 11:00~13:00 朝活

参加メンバーで話し合い、グループで決めた内容を実際に活動する3回実施のプログラムです。

1日目: ガイダンス、みんなでやることを決める
2日目: みんなでやってみる
3日目: みんなでふりかえる

暮らしをととのえるプログラム

4/10 (金) 13:00~15:00 サウナワーク
4/25 (土)

館内の清掃や発送準備など簡単な作業を複数人で行います。生活リズムを整えたい、働くイメージをもちたい人におすすめ。

4/17 (金) 13:00~15:00 サウナワーク (館外活動)

館外に出掛けて軽作業を体験するプログラム。働くイメージをもちたい人、作業の得意・不得意を見つけたい人におすすめ。

4/27 (月) 13:00~17:00 サウナワーク (チームワークトレーニング)

チームでチラシの発送作業を行います。封筒づくりや、封入作業を共同で行い、作業を通じて、誰かと協力して働くことを体験できます。

じぶんとひとのつながりをととのえるプログラム

4/11 (土) 13:30~16:30 キモチとカタチの働くBASE コミュニケーション

コミュニケーションとは何か?を知るミニセミナーと、自己紹介をもとに対話の練習をします。話すことの楽しさを知りたい人におすすめ。

4/20 (月) 13:30~16:30 キモチとカタチの働くBASE マナー講座

就職活動や就労後に必要となる社会人としての基本的なマナー(服装、言葉遣い、職場におけるルールなど)を身につける講座。

働くための準備をととのえるプログラム

4/2 (木) ①13:30~14:40 ②14:50~16:00 就活準備プログラム

①就活の進め方や給与明細の見方など、働く上で必要な基礎知識を知ることのできるプログラム。
②履歴書の書き方を知り、応募するための準備を行うプログラム。

4/28 (火) 18:00~19:00 ジョブトレーニング (ちまき)

祇園祭の“ちまき”製作体験。コツコツした作業が好きな人、在宅でもできる仕事を体験してみたい人におすすめ。

4/24 (金) 13:30~16:30 オフィスワークシュミレーション

報告・連絡・相談の仕方や、曖昧な指示にどのように対応したらよいかなど、働く上で必要なことをロールプレイを通じて身につけることができます。

働きたいけど...



参加までの流れ



まずはお電話ください
TEL:075-213-0116



来所・初回相談



登録・利用開始

地域若者サポートステーション

働くことについて様々な悩みを抱えている
15~49歳までの若者のみなさんが
就労に向かえるようサポートしています

専門相談

「こころの相談」で就労に一步踏み出せない気持ちの整理をしたり、「キャリアの相談」で就活や職業選択に関する相談をしたりできます。

土台づくり

コミュニケーションの練習や緊張・ストレスの向き合い方などを学べるプログラムがあります。自分の癖や考え方に気づくことができます。

就活準備

履歴書や面接、チームワークについて学べたり、自分の強みや価値観を整理したりするセミナーを行っています。働くための実践的な能力を身につけられます。

就業体験

模擬的な空間（カフェ、事務、農業）で行う短期間の体験や、実際の現場（介護・宿泊施設）で行う長期間の体験を実施しています。



京都若者サポートステーション

〒604-8147

京都市中京区東洞院通六角下る御射山町262
(中央青少年活動センター4階)

TEL : 075-213-0116 / FAX : 075-231-1231

OPEN : 平日・土曜日 (祝日含む) 10:00~18:00

CLOSE : 水曜日・日曜日及び年末年始



阪急烏丸駅・地下鉄四条駅 (20番出口) または
地下鉄烏丸御池駅 (5番出口) 下車 徒歩5分

なんたん地域若者サポートステーション

〒621-0042

京都府亀岡市千代川町高野林西ノ畑16-19

TEL : 0771-23-8002 / FAX : 0771-23-8004

OPEN : 火曜日・木曜日・土曜日 12:00~17:00

CLOSE : 上記以外の曜日及び祝日、年末年始



JR嵯峨野線 千代川駅下車 徒歩10分

HPはこちら



「京都若者サポートステーション」「及びなんたん地域若者サポートステーション」は
厚生労働省の委託を受け、公益財団法人京都市ユースサービス協会が運営しています。