

令和8年

1月号

とよはし若者
サポートステーション

就職相談所 利用無料



こんな方におすすめ！

- ☐ 人間関係が苦手な 働くことに不安がある
- ☐ 働きたいけど 働く一歩が踏み出せない
- ☐ 就職活動のやり方が分からない・面接が怖い
- ☐ 就職決定後も相談を続けたい

対象 15歳～49歳の
働いていない方※週20時間未満で就労中の方の相談も受けます
※職業の斡旋は出来ません

開館時間：火～木曜日 10:00～17:00 金・土曜日 10:00～20:00

◎ご利用希望の方はお電話やHPお問い合わせフォームからご予約下さい。※ご家族だけでの面談も可能です。

1月13日（火）はお休みです。

1月のサポートプログラム

金・土は20時まで営業！

日	月	火	水	木	金	土
				1 冬季休業	2 冬季休業	3 冬季休業
4 休	5 休	6 い～い場所タイム @サポステ (14:00～15:30)	7 出張相談@ハロワ新城 (14:00～16:00) 出張相談@ミナクル (13:00～16:00)	8	9	10 い～い場所タイム @しんしろ福祉会館 (9:30～11:00)
11 休	12 休	13 休 (出張相談もお休み)	14 出張相談@飯村分館 (13:00～16:00)	15 かる～い運動タイム @サポステ (13:00～13:30)	16 WORKFIT -はじめの一步 B- (13:00～14:30)	17
18 休	19 休	20 い～い場所タイム @サポステ (14:00～15:30)	21 出張相談@ミナクル (13:00～16:00)	22 出張相談@田原 (14:00～16:00) 心理相談・セミナー (13:00～15:00) 裏面（※1）	23 親の気持ち @しんしろ福祉会館 (14:00～16:00)	24
25 休	26 休	27 出張相談@ハロワ豊橋 (13:00～16:00) 親の気持ち@サポステ (14:00～15:30)	28 出張相談@飯村分館 (13:00～16:00)	29	30	31

※各プログラム詳細については、お問い合わせいただくか、下記及び裏面またはHPをご覧ください

出張相談

サポステへの入口として遠方の方の
相談場所としてご利用いただけます。
休館日、祝日、その他サポステが
お休みの場合は出張相談もお休みです。
詳しくはホームページをご覧ください。
※予約の方優先となります。



厚生労働省委託事業

ハローワーク豊橋

毎月第2・4火曜日
13:00～16:00（1コマ約50分×3コマ）

ハローワーク新城

毎月第1水曜日
14:00～16:00（1コマ約50分×2コマ）

田原福祉センター

毎月第4木曜日
14:00～16:00（1コマ約50分×2コマ）大清水まなび交流館
南稜生涯学習センター
（ミナクル）毎月第1・3水曜日
13:00～16:00（1コマ約50分×3コマ）東部生涯学習センター
飯村分館毎月第2・4水曜日
13:00～16:00（1コマ約50分×3コマ）

就職活動に課題を抱えていませんか？
このままでいいのかなと思いながら踏み出せない方、一緒に進めていきませんか？
サポステを初めて利用される方は、まずは一度お電話かメールでご連絡をお願いいたします。

就職活動

さくさく簡単

個別サポートプログラム

完全予約制

- ◎ 個別面談 ～ 就労相談、生活相談、メンタル相談など ～
- ◎ 職業適性検査 ～ 向いている仕事を見つけたい ～
- ◎ 履歴書・面接対策 ～ 苦手な面接、何に気を付けたらいい？ ～

その他のサポートプログラム

毎月第1・3火曜日（豊橋）
第2土曜日（新城）
（予約不要／途中参加・途中退室OK）

い〜い場所
タイム

様々な「就労」に関する悩みを抱える人達と、
ゆるく過ごしながら話をしてみませんか？

（不定期／要予約） **就活セミナー／WORKFIT**

就職のために必要な準備をほかの参加者と一緒に
学ぶ時間です、何をしたらいいかわからない方へ
はじめの一歩にオススメです。

（不定期／要予約）

かる〜い運動タイム

「就労」に向けて… ラジオ体操やウォーキングなど
体力が落ちて心配になっている方へ （30分程度）
雑談をしながら軽く体を動かすことで運動不足だけではなく
コミュニケーション能力も学ぶことができます。

毎月第4火（豊橋）・金曜日（新城） **親の気持ちを
話す会**
（予約不要／途中参加・途中退室OK）

家庭や子どものことで悩みがある方、
自分の事を改めて考えて話してみませんか？

いつでも開催（要予約）

**パソコン
サポートタイム**

個別指導で ワード・エクセル・パワーポイント
などなど、あなたの学びたい所を教えます。

（'◇'）ゞ

（応相談）

職場見学・職場体験

実際の職場（会社）にて、仕事の様子の見学や、
担当の方からのお話を伺います。時間は1時間程度です。
興味が湧けば、後日実際の仕事に携わり、
出来るかどうか自分で判断します。

雨天中止

【備考】

（※1）心理士さんによる心理相談・セミナーを行っています。初回は1対1での相談、2回目以降は少人数でのセミナー形式でコミュニケーションの向上をテーマに行っています。予約制ですのでお気軽にご連絡ください。

厚生労働省委託事業

とよはし若者サポートステーション

☎ 0532-48-7808

開館日：火～木曜日 10:00～17:00

金・土曜日 10:00～20:00

休日：日曜日・月曜日（春季・夏季・冬季休館日あり）

※月曜日が祝日の場合は、翌日の火曜日にも休日です

住所：〒441-8087

愛知県豊橋市牟呂町字東里26番地
豊橋市青少年センター内 研修棟1階

TEL：0532-48-7808 FAX：0532-48-7876

HP：<https://toyosapo.jp/>

（お問い合わせフォームあり／右記QR）



運営団体：一般社団法人GENTEAL

