



日	月	火	水	木	金	土
★ ★	1 休館	2  【ビジネスセミナー⑥】 言葉遣い 13:00～14:30	3 サポステ農園 10:00～12:00  <b>サポステ農園で 野菜や花を 育てよう!</b>	4 パソコンセミナー 13時/14時/15時  【将来セミナー④】 自分の適性 (GATB) 13:00～15:00	5 スポーツの時間 13:00～15:30  	6 【コミュニケーションセミナー】 自分の気持ちを考える① 13:30～15:00  
	7 休館	8 体育の日	9  【ビジネスセミナー⑦】 電話対応 13:00～14:30	10 切手の整理 ボランティア 14:00～15:00 使用済み切手を 整理して、 こうちボランティアに 協力しよう!!!	11 パソコンセミナー 13時/14時/15時  【将来セミナー⑤】 自分を知って 新たな自分を探そう 13:00～14:00	12 サポステ農園 10:00～12:00  <b>サポステ農園で 野菜や花を 育てよう!</b>
14 休館	15 休館	16  【ビジネスセミナー⑧】 面接マナー 13:00～14:30	17 切手の整理 ボランティア 14:00～15:00 使用済み切手を 整理して、 こうちボランティアに 協力しよう!!!	18 パソコンセミナー 13時/14時/15時  <b>WordやExcelの 基本的な操作を 練習しよう!!</b>	19 「ほのか」で ボランティア 10:00～14:00  	20 【コミュニケーションセミナー】 自分の気持ちを考える② 13:30～15:00  
21 休館	22 休館	23  【ビジネスセミナー①】 挨拶・身だしなみ 13:00～14:30	24 仕事を知ろう セミナー (太平ビルサービス) 12:20～15:30  	25 パソコンセミナー 13時/14時/15時  <b>WordやExcelの 基本的な操作を 練習しよう!!</b>	26 CADセミナー 10時/11時  	27 スポーツの時間 10:00～12:30  
28 休館	29 休館	30  【ビジネスセミナー②】 発声・表情練習 13:00～14:30	31 切手の整理 ボランティア 14:00～15:00 使用済み切手を 整理して、 こうちボランティアに 協力しよう!!!	<ul style="list-style-type: none"> <li>●サポステ利用は登録・予約制です 前日までにご予約ください</li> <li>●セミナーは5分前に来所しましょう</li> <li>●スケジュールは変更することが あります</li> <li>●臨床心理士による相談もあります</li> </ul>		 

時間や場所など詳細についてはスタッフにおたずねください。

こうち若者サポートステーション  
 ☎ 088-844-3411

すさきサテライト  
 ☎ 0889-43-9004

〒780-8567 高知市朝倉戊375-1 ふくし交流プラザ4階

〒785-0013 須崎市西古市町1-24高知県須崎総合庁舎3階

[open] 火曜日から土曜日 10:00～17:00 (日曜・月曜・祝日は休み)

[open] 月曜日から金曜日 10:00～17:00 (土曜・日曜・祝日は休み)

<http://www.pippikochi.or.jp/saposute/> (ホームページは共通です)