



日	月	火	水	木	金	土
[サポステ]で検索してね! ↓HPのURLです↓ 		<ul style="list-style-type: none"> ●サポステの利用は登録・予約制です 前日までにご予約ください ●セミナー参加の際は5分前に来所しましょう ●スケジュールは変更することがあります ●臨床心理士による相談もあります 			1	2
					サポステ農園 10:00~12:00	CADセミナー 10時/11時
					サポステ農園で野菜や花を育てよう! 	
3	4	5	6	7	8	9
休所	休所	 【ビジネスセミナー⑦】 電話対応 13:00~14:30	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!!!	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	スポーツの時間 13:00~15:30 	【コミュニケーションセミナー】 時間の過ごし方① 13:30~15:00
10	11	12	13	14	15	16
休所	休所	 【ビジネスセミナー⑧】 面接マナー 13:00~14:30	サポステ農園 10:00~12:00 サポステ農園で野菜や花を育てよう!	パソコンセミナー 13時/14時/15時 【将来セミナー⑥】 ありのままの自分を見つけよう 13:00~14:00	「ほのか」でボランティア 10:00~14:00 	【コミュニケーションセミナー】 時間の過ごし方② 13:30~15:00
17	18	19	20	21	22	23
休所	休所	 【ビジネスセミナー①】 挨拶・身だしなみ 13:00~14:30	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!!!	パソコンセミナー 13時/14時/15時 【将来セミナー⑦】 履歴書を書いてみよう 13:00~15:00	CADセミナー 10時/11時 	サポステ農園 10:00~12:00 サポステ農園で野菜や花を育てよう!
24	25	26	27	28	29	30
休所	休所	 【ビジネスセミナー②】 発声・表情練習 13:00~14:30	サポステ農園 10:00~12:00 サポステ農園で野菜や花を育てよう!	パソコンセミナー 13時/14時/15時 WordやExcelの基本的な操作を練習しよう!!	カレー販売 作戦会議 & 買い出し 13:00~15:00 	ふくし機器展でカレーを作って販売しよう! 10:00~14:00

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☆

でんわ 088-844-3411

〒780-8567 高知市朝倉戊375-1 ふくし交流プラザ4階

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

★すさきサテライト★

でんわ 0889-43-9004

〒785-0013 須崎市西古市町1-24高知県須崎総合庁舎3階

[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)