


日	月	火	水	木	金	土
<ul style="list-style-type: none"> <li>●サポステは15～39歳の方が利用できます</li> <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>●キャリアコンサルタントや臨床心理士による相談もあります</li> </ul> 				1 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ます	2 キャリア・アップセミナー (TEG) 13:00～15:00  	3 セミナーはありませんが個別面談は受け付けています
4	5	6	7	8	9	10
休所	休所	セミナーはありませんが個別面談は受け付けています	仕事を知ろうセミナー (ポリテクセンター) 10:00～12:00  	コミュニケーションセミナー 13:00～14:30  	キャリア・アップセミナー (自己理解) 13:00～15:00  	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ます
11	12	13	14	15	16	17
休所	休所	 ビジネスセミナー (報・連・相のポイント) 13:00～14:30	切手の整理ボランティア 14:00～15:00  	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ます	介護施設体験「ほのか」 10:00～14:00   キャリア・アップセミナー (自分史作り) 13:00～15:00	CADセミナー 10時/11時  
18	19	20	21	22	23	24
休所	休所	 ビジネスセミナー (上手なメモの取り方) 13:00～14:30	切手の整理ボランティア 14:00～15:00  	コミュニケーションセミナー 13:00～14:30  	 仕事を知ろうセミナー 12:00～17:00 (高知高等技術学校)  キャリア・アップセミナー (履歴書作成) 13:00～15:00	事務作業体験 (発送準備) 13:00～14:00  
25	26	27	28	29	30	31
休所	休所	 ビジネスセミナー (言葉遣い) 13:00～14:30	スポーツの時間 13:00～15:30  	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ます	仕事を知ろうセミナー 10:00～18:00 (中村高等技術学校)  	セミナーはありませんが個別面談は受け付けています

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

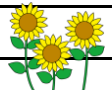
[open] 火曜日から土曜日 10:00～17:00

(日曜・月曜・祝日は休み)

〒780-8567 高知市朝倉戊375-1

ふくし交流プラザ4階

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

すさきサテライト 

☎ 0889-43-9004

[open] 月曜日から金曜日 10:00～17:00

(土曜・日曜・祝日は休み)

〒785-0013 須崎市西古市町1-24

高知県須崎総合庁舎3階