

働くことに不安がある方へ

# 京都サポステ プログラムのご案内

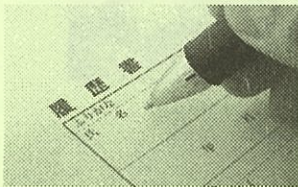


## 8月のスケジュール



閉館日						
日	月	火	水	木	金	土
				1 就職活動のための オリエンテーション 13:30 ~ 16:00	サポステの利用方法やプログラムについて 就職活動の基礎知識とともに紹介します	
4	5	6 キモチとカタチの働く BASE 伝える・伝えるははじめの一歩 13:30 ~ 16:30	7	8	9 キモチとカタチの働く BASE 女子会 14:00 ~ 16:30	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20 キモチとカタチの働く BASE コラーージュで理想の働き方や人 との関係を考えてみよう 13:30 ~ 16:30	21	22	23	24 就活準備プログラム 13:30 ~ 16:30
25	26 チートレ 13:00 ~ 17:00	27 キモチとカタチの働く BASE 自分も相手も大切にする コミュニケーション 13:30 ~ 16:30	28	29	30	31

### プログラム内容



#### 就活準備プログラム

就職活動にまつわる知識を得るための講座、実際の面接を想定し実践してみる模擬面接などがあります。



#### キモチとカタチの働く BASE

就労に向かうにあたって必要とされる「セルフケア」や「コミュニケーション」に関するプログラムです。エクササイズ、ワークショップ、グループワークなど毎回、様々なプログラムを実施します。



#### チートレ

実際にチームで仕事をする事を通じて、他者とのコミュニケーションを体験できます。

### 参加までの流れ

電話

まずはサポステにお電話ください。  
(tel: 075-213-0116)

来所・窓口相談

あなたに合った利用の流れを一緒に考えます。

登録・利用開始

上記のプログラムに加えて、専門家による相談も行っています。

# 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。

## できること

### 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行えます。

### 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行っています。



## 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  
(中央青少年活動センター2階)

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

URL : <http://ys-kyoto.org/support/>

開所時間：平日・土曜日 12:00～20:00  
日曜日・祝日 10:00～18:00

休所日：水曜日及び年末年始

## 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

URL : <http://ys-kyoto.org/support/nantan/>

開所時間：火曜日・木曜日・土曜日 12:00～17:00

休所日：上記以外の曜日及び祝、年末年始



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



※JR嵯峨野線 千代川駅下車 徒歩10分