

仕事に就いても  
すぐにやめてしまう

大学を卒業してから  
何年も経ってしまった

どうやって就活したらいいか  
わからない

昼夜逆転です

ブランクが  
気になる

応募しているのに  
採用されない

僕みたいな人  
いますか

集団が苦手  
で人の輪に入れない



# 僕だって 働きたい

やる気が止まらない@とやまサポステ



就活

## サポステとは

地域若者サポートステーション (通称:サポステ) は、厚生労働省が認定し、若者雇用対策の一環として、一定期間無業の状態にある概ね 15 歳から 39 歳の若者の職業的自立を支援することを目的に設置された若者のための相談窓口です。

富山県若者サポートステーションもその一つで、平成 18 年に富山県の指導のもと、「富山県若者自立支援ネットワーク」を構築し、地域全体で若者を支援する体制をつくりました。

### 利用 無料

【利用時間】 月曜日～金曜日 9:00～18:00  
土曜日 9:00～16:30

【休業日】 日曜・祝日及び年末年始

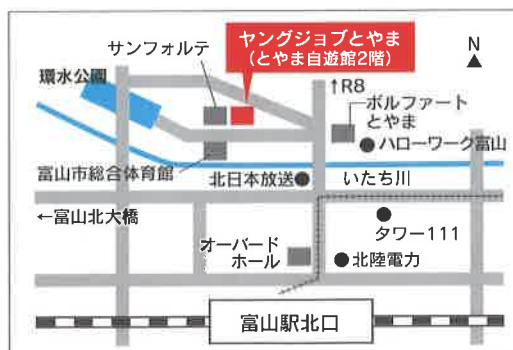
【お問い合わせ】 076-445-1998

### ヤングジョブとやま

### 富山県若者サポートステーション

〒930-0805 富山市湊入船町 9-1 とやま自遊館 2F

とやまサポステ 検索



### 砺波巡回相談

日時: 第2・4火曜日 14:00～17:00  
(祝日、年末年始は除く)

場所: 富山県砺波総合庁舎 1階会議室  
(砺波市幸町 1-7)

就活できる心と体を作る!

# やる気が止まらない支援メニュー

利用無料

## 予約



### キャリアカウンセリング

就労に関する悩みや不安に個別に対応します。一人ひとりの状況に応じ、就労に向けて継続的に関わっていきます。また、就労後もフォローしていきます。



### 家族の相談

子どもの就職に悩む家族に、個別に相談を行っています。保護者ご自身の悩みへの相談などにも応じています。毎月「親の相談会」も実施しています。



### 毎日通って、働く力を身に付ける **勤トレ** (勤務トレーニング)

※通所型指導相談

朝起きる等、生活習慣を整えながら、集団生活を通して、他者とのコミュニケーションに慣れ、就職に向けて体力と意欲を高めていきます。20週以内に就職や進路の決定を目指します。  
※見学は随時受け付けております。お気軽にスタッフへお申し出ください。

#### 1日の流れ(月～金・祝日除く)

時間	ステージⅠ 体調管理・時間管理・コミュニケーション										ステージⅡ 実社会の体験活動・就労活動									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
8:30～											朝礼・5分間スピーチ									
9:00～	●朝トレ ラジオ体操・発声練習・姿勢・あいさつ ●様々な活動 自己評価・振り返り・ワーク・作業・調理実習・スポーツなど																			
12:00～	ランチタイム																			
13:00～	終 礼										●アクションプラン作成 ●就職に向けた各自の活動									
16:00～											終礼・活動報告									



キャリアカウンセリング



### 職場見学・体験

介護、清掃、農業、イベント設営、受付など、企業やNPOに出向き、「見学・体験」を通して「働く」ことを学びます。



### 運動タイム plus+

社会の中で働き、元気に生活していくための力をつけるプログラムです。バドミントン・卓球・ソフトボールなど。運動のあとは、仕事に向けたミニセミナーや、いろんな方の経験などを聞いたり、自分の経験を語ることのできるミニカフェをします。



### 厚生労働省編 一般職業適性検査 (GATB)

自己分析ツールのひとつ。自分の能力を調べ、どんな職業が合っているのか調べることができます。  
※詳しくはスタッフへお尋ねください。



### 就職支援セミナー

就労に向けた、準備・対策セミナーを行っています。  
●社会人の基礎講座  
●コミュニケーションセミナー  
●モチベーションセミナー  
●応募書類・面接のポイント講座



### ステップアップセミナー

就職した後の職場定着やステップアップを応援します。  
●職場での人間関係づくり  
●サ談会  
●寄る夜カフェ  
●職業訓練相談



## 就職!進路決定!

