

義務教育を修了される
みなさまへ

保存版

厚生労働省委託事業



15才からの 就職の悩みは 県南サポステで解決!!

ステップ
1

就労相談

相談・支援は
無料・秘密厳守

029-893-3380

コミュニケーション講座
自己理解・他者理解セミナー
パソコン講座
就労支援セミナー
応募書類作成講座
面接トレーニング

ステップ
2

スキルアップ

ステップ
3

就職などの 進路決定

実際の就労へ向けて企業説明を受け、
見学や体験もできます。就労体験後すぐに
就職決定される方もいらっしゃいます。

働くことに悩みを抱えている15～49歳の若い方たちを対象に、
就労サポートをおこなっています。

あなたの悩みを受け止め、次の一步を一緒に考えます。
ご本人のほか、ご家族の方のご相談も受け付けています。
ご相談は**事前予約制**です。

いばらき県南若者サポートステーション

〒305-0033 つくば市東新井28-4 荒井マンションⅡ 2-C

Tel.029-893-3380 Fax.029-893-3381

email. info@saposute-tsukuba.jp URL. <https://saposute-tsukuba.jp/>



就活準備セミナー ここからはじめよう

対象 15才～49才の方

時間 13:30～16:00

内容 就活準備セミナー
個別相談会

就活のための 家族相談会

対象 就活や就職に悩んで
いる方のご家族

時間 10:00～12:00

内容 家族は身近な支援者
個別相談会

会場や日程のご確認



お申込みは左記二次元コードのフォーム
またはお電話かFAXで

常設相談 10:00～16:00

月～金曜日 県南サポステ本部（つくば市）

つくば本部では時間外及び休日の相談もお引き受け
できる場合があります。電話にてその旨お伝えください。

相談はすべて事前予約
TEL, FAX, メール, Web

出張相談 13:00～16:00

第1水曜日 阿見町 中央公民館

奇数月第1水曜日 石岡市 サポート・ワン

第2水曜日 かすみがうら市

下稲吉コミュニティセンター（旧 働く女性の家）

第3水曜日 取手市 ゆうあいプラザ

第4水曜日 牛久市 ひたち野リフレ

サポステ利用者の声

相談に行く前は、
出口のない暗闇の中
を歩いているようで
した。なんとか就職
したいと思って、
何から手をつけてよ
いのかわかりません
でした。ネットでい
ろいろと調べて県南
サポステを知りまし
た。▼人に相談する
のは乗り気ではなく
半信半疑でした。試
しに親と一緒に行っ
てみるとカウンセセ
ラーが真剣に話を聞
いてくれました。
しっかりと自分を受け
止めてもらったこと
で、気持ちが楽にな
り、これからどうい
うステップを踏めば
いいのかが次第に明
確になりました。▼
家族だけで悩んでい
るとなかなか答えが
出ません。しかし第
三者のカウンセラー
に話をしたことで視
点が変わり、出口の
なかった暗闇に光が
さしてきて道標がで
きました。

息子は契約社員とし
て働いていました。真
面目に働いていました
が、もともとコミュニ
ケーションをとること
が苦手でした。そんな
こともあり、後輩から
かけられる心ないこと
ばに傷つき仕事を休む
ようになりました。▼
一人暮らしだったた
め、息子の変化に気づ
かず、息子の変化に気
づかずにいたところ、う
つ病を患い、精神科に
かかることになりました。
た。▼そんな中思い悩
みながら県南サポステ
を探し当て、息子とと
もに相談に通いまし
た。アサーティブコ
ミュニケーションセ
ミナーなどにも参加して
いるうちに、無気力
だった息子にも変化の
兆しが出てきました。
自分の話を聞いてもら
い、なんでも話せる安
心感を抱くことができ
たようです。▼親も気
付かされることが多く
あり、「私たちは支援
者」ということばを聞
き、気持ちが楽になり
ました。幸い息子はご
縁に恵まれ、今では正
社員で働いています。

サポステで話を聞いて
もらえました。

サポステと保護者は
ワンチームでスクラム

保護者の声

いばらき県南若者サポートステーション（一般社団法人アイケイツクバ）

☎305-0033 茨城県つくば市東新井28-4荒井マンションⅡ 2-C

TEL 029-893-3380

FAX 029-893-3381

✉ info@saposute-tsukuba.jp



<https://saposute-tsukuba.jp/>

