

また、失敗しそうで怖い

味方になってくれますか

俺、33歳だけど、行ける？

働いて自立したい

# 職場の人間関係って、なんとかなる？

## 働きたいけど、相談できる人、ほしいな

親に心配かけたくない

私に自信を与えて！

就職率  
**61.9%**  
ホント？

コミュニケーション苦手だし…  
変わりたい気持ちはあるけど

面接とか、マジ無理

**無料!?**

中退した私が相談できる場ってある？

なんか、調子でなくて

自分に合う仕事ってあるのかなあ

## 周りが働きだしてあせる…

自分に自信がなくて

仲間って、できますか？

愚痴ってもいいの？

昼と夜が逆転してて

もっと、もっと、

**聞カセテ! サポステ**

どんな雰囲気？

次の仕事は長続きさせたい

ホントに就職できるの？

「働く」に踏み出す君を応援したい!

**サポステ**  
地域若者サポートステーション

あしたを拓く人を創る  
厚生労働省 人材開発総局



## サポステってどんなところ？

あなたを全力でサポートする場所。  
今の思いを話しに来てください。  
すべての問題解決は、そこから始まります！

地域若者サポートステーション(通称サポステ)は、働くことに踏み出したい若者たちとじっくり向き合い、本人やご家族の方々だけでは解決が難しい「働き出す力」を引き出し、「職場定着するまで」を全面的にバックアップする厚生労働省委託の支援機関です。



勇気を出して、  
ここからスタート!

ブランク、つまずき、就活に踏み出せない…そんなあなたを待っています!

人間関係で  
つまずいた。

コミュニ  
ケーションが  
苦手。

働いていく  
自信がない。

面接が  
怖い。

### ① 予約

まずは、電話またはメールでアポイント。電話での相談も可能ですが、できれば直接お会いしてお話を聞かせてほしいと思っています。

### ② 相談・面談

#### 個別面談

あなたとしっかり話し合い何をどうすることが一番の解決策になるのかをさまざまな専門スタッフと連携して検討していきます。



### ③ 各種支援

しっかり話し合っあなたにあったサポートプログラムを作成します。

#### コミュニケーション講座

専門スタッフと共に自分を見つめ直し、アピールポイントである「自分の強み」を発見します。会話に対する苦手意識も克服します。

#### ジョブトレ(就業体験)

スタッフと相談をしながら、あなたの希望や状況に合わせていろいろな仕事を体験することができます。

#### ビジネスマナー講座

身だしなみやお辞儀の仕方、言葉遣い、電話対応など社会人としての基礎的なマナーを学びます。



※サポステにより、実施していないプログラムもあります

### ④ 就職 必要な情報提供

さまざまな経験を通じ働く力を身につけたら、いよいよ就活。就職活動に必要なきめ細やかな情報提供を行います。

気軽に  
相談できるって、  
安心するよね!



### ⑤ 定着・ ステップアップ支援

#### 就職後相談

サポステでは、「仕事に就ければ、それで終わり!」ではありません。皆さんが働き出してから悩みや不安に対しても、しっかりとサポートしていきます。また、仕事のステップアップに関する相談にも積極的にお答えしています。

## 〇〇地域若者サポートステーション

東京都千代田区霞が関1-2-2  
地下鉄丸ノ内線「霞ヶ関」駅下車徒歩1分

TEL 03-5253-1111

Mail \*\*\*\*\*@mhlw.go.jp

受付時間 〇時～〇時

※ 日・祝日・年末年始は定休日

