

# 京都サポステ プログラムのご案内



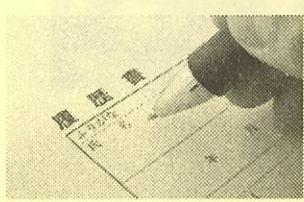
## 4月のスケジュール



		閉館日				
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
				オリエンテーション 13:30～16:00		
7	8	9	10	11	12	13
		キモチとカタチの 働くBASE 13:30～16:30				
14	15	16	17	18	19	20
	オリエンテーション 13:30～16:00	キモチとカタチの 働くBASE 13:30～16:30		就活準備 プログラム 13:30～16:30		
21	22	23	24	25	26	27
		キモチとカタチの 働くBASE 13:30～16:30				
28	29	30				
	チートレ 13:00～17:00					

オリエンテーションでは、サポステの利用方法やプログラムの説明、モデルケースの紹介をします

### 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

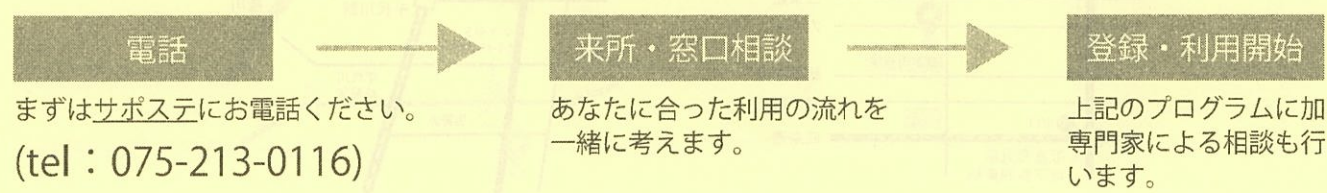
就労に向かうにあたって必要とされる「セルフケア」や「コミュニケーション」に関するプログラムです。エクササイズ、ワークショップ、グループワークなど毎回、様々なプログラムを実施します。



#### 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



# 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

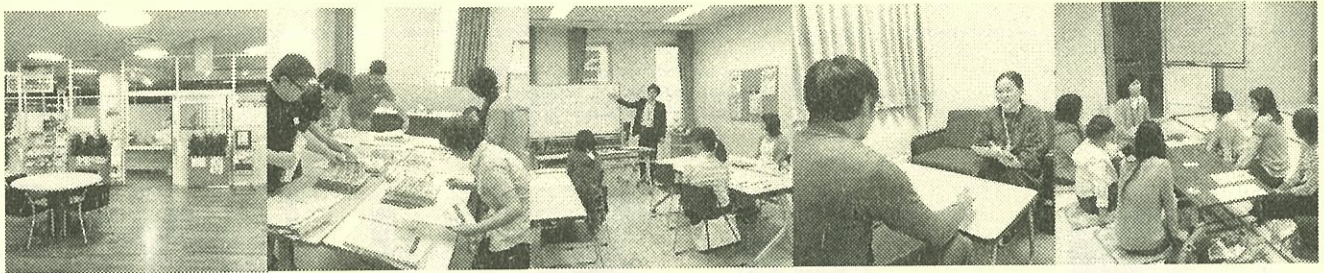
コミュニケーションの練習や緊張・ストレスの向き合い方などを学べるプログラムがあります。自分の癖や考え方に気づくことができます。

### 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