

15～49歳の



厚生労働省委託事業

# 就職の悩みは 県南サポステで解決!!

相談・支援は

**無料・秘密厳守**

029-893-3380

ステップ  
1

## 就労相談

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

- 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

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、保護者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/>



# 相談会場

相談はすべて事前予約  
Tel, Fax, e-mail, Web



出張相談の日程、会場は  
変更となる場合があります。  
予約の際、ご確認ください。

常設相談 10:00~16:00

月~金曜日 **県南サポステ本部**  
(つくば市)

出張相談 13:00~16:00

第1水曜日 **阿見町** かすみ公民館

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3土曜日 **石岡市** 石岡ふれあいの里

第4水曜日 **牛久市** ひたち野リフレ

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。

## 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、何から手を着けてよいか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。試しに親と一緒に試してみるとカウン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生まれません。しかし第三者のカウンセラーに話をする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。

サポステで話を聞いてもらえました。  
**利用者の声**

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、先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にはいたところ、うつ病を患い、精神科にかかることになりました。▼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。自分の話を聴いてもらい、なんでも話せる安心感を抱くことができたとです。▼親も気付けら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、気持ちに楽になりました。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/>

