



15歳～39歳までの

就職の悩みは

県南サポステで解決!!

厚労省委託事業 いばらき県南若者サポートステーション

通称「いばらき県南サポステ」は、働くことに悩みを抱えている 15～39 歳までの若者に対し、就労サポートを行っています。

本部はつくば市にあります。つくばまで相談に来ることが難しい方のために、かすみがうら市、土浦市、牛久市、龍ヶ崎市、取手市、つくばみらい市、守谷市、阿見町、稲敷市でそれぞれ月 1 回無料出張相談会を行っています。ご本人に限らず、保護者の方からのご相談も受け付けています。

※相談はすべて、事前予約制です。 ※詳細・相談開設場所は裏面をご覧ください。

まずはご相談下さい

相談・支援は無料です

TEL 029-893-3380

秘密厳守

サポステ4つのステップ!

キャリア・コンサルタントなどの専門家による相談、コミュニケーション訓練などで、一步一步着実に段階をふみ、安心してステップアップできます！

ステップ 1

問い合わせ（予約・受付）

ステップ 2

お悩み相談

ステップ 3

多様なプログラムの中から
自分に合ったものをチョイス！



- 職場見学、職場体験
- 社会人マナー講座
- パソコンスキルアップ
- 就労向け講座 など多数

ステップ 4

就職などの進路決定



相談開設場所一覧 【相談時間帯】 13時～16時

事前予約制

つくば市	常 設	県南サポステ本部（10時～16時）
土浦市	第2火	まちなか交流ステーションほっと ONE
牛久市	第4火	ひたち野リフレ
龍ヶ崎市	第4水	龍ヶ崎市民活動センター
取手市	第3水	ゆうあいプラザ
守谷市	第4土	守谷市中央公民館
かすみがうら市	第2月	勤労青少年ホーム
つくばみらい市	第3金	谷和原公民館
阿見町	第1水	阿見町かすみ公民館
稲敷市	第2木	江戸崎公民館

◆時間外及び休日に相談希望の場合は要相談

サポステ利用者の声

☆Aさんご本人の声

上司からのパワハラや職種が自分に向かないなどの事情で数社を退職後、アルバイトをしながら就活したがうまくいかなかった。ハローワークで県南サポステを紹介され連絡したら感じのいい対応にとりあえず相談してみようと思えた。

初めての相談で、しっかりと聴いてもらって、信頼することができた。相談に並行して参加したアサーティブセミナー（コミュニケーション講座）では、参加者から共感をもらえる経験をして自分が救われた思いがした。サポステと関わることで、「何もしないで不安に思うよりは、まず行動してみよう」と背中を押してもらえ就職に一步踏み出すことができた。いまは就労して4ヶ月が経過した。いろいろあるが、素直に仕事と向き合う姿勢が持てるようになったと実感している。

☆Bさん保護者の方の声

息子がたいへんお世話になりました。専門学校を卒業したものの、その後アルバイトをしながらの4年ほどのブランクはあまりにも長いものでした。サポステに関わることができ、就労に導いていただき、ほんとうにありがとうございました。息子も変わってきましたが、親も干渉しすぎず、息子の自立を見守ることができるようになってきたと自負しています。就職できた時点が終わりではありません。お金を稼ぎ自立するだけでなく、息子が楽しく、幸せに生きていくように願うばかりです。

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つくば）

〒305-0033 茨城県つくば市東新井28-4 荒井マンションⅡ2-C

【TEL】029-893-3380 【FAX】029-893-3381

【HP】<http://saposute-tsukuba.jp/> 【Email】info@saposute-tsukuba.jp

【開設時間】月～金 10時～16時