



**サポステ**  
地域若者サポートステーション

**【対象者】15歳から49歳の  
働きたいと思っている方等**

# サポステ イベント告知!

★参加ご希望の方はとまこまい又はむろらんへご連絡ください

2024年

# 7月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	とまこまい コミュニケーション セミナー 「上手な伝え方」 13:30~15:00		出張相談会 白老町 いきいき4・6 10:00~12:00			休館日
10:00~17:00 サポステ相談は随時受付						
7	8	9	10	11	12	13
休館日	とまこまい パソコンセミナー 「Word入門編」 13:30~15:00			出張相談会 伊達市 ハローワーク伊達 13:30~15:30		休館日
10:00~17:00 サポステ相談は随時受付						
14	15	16	17	18	19	20
休館日	休館日		出張相談会 白老町 いきいき4・6 13:30~15:30		出張相談会 室蘭市 ハローワーク室蘭 10:00~12:00	休館日
10:00~17:00 サポステ相談は随時受付						
21	22	23	24	25	26	27
休館日	とまこまい パソコンセミナー 「Excel グラフ作成編」 13:30~15:00	出張相談会 満河町 ハローワーク満河 10:00~11:30 新ひだか町 ハローワーク静内 13:30~15:00	出張相談会 苫小牧市 ワークプラザ とまこまい 14:00~16:00			
10:00~17:00 サポステ相談は随時受付						
28	29	30	31			
休館日	とまこまい セルフケアセミナー 「ストレスとの 付き合い方」 13:30~15:00	サポステ内のパソコンで 応募書類作成できます。 印刷も可能です。				
10:00~17:00 サポステ相談は随時受付						

**とまこまい若者サポートステーション**

とまこまい「サポステ・プラス」

苫小牧市表町3丁目2-13

王子不動産第2ビル6階

☎ 0144-84-8670

📧 tomasapo@career-bank.co.jp

**むろらん地域若者サポートステーション**

むろらん地域「サポステ・プラス」

登別市中央町4丁目11番地

登別中央ショッピングセンターアーニス2階

☎ 0143-50-6186

📧 tomasapo@career-bank.co.jp