

2025年 5月 スケジュール表



	月	火	水	木	金	土	日
午前				1	2	3	4
午後							
午前	5	6	7	8	9	10	11
午後							
午前	12	13	14	15	16	17	18
午後							
午前	19	20	21	22	23	24	25
午後							
午前	26	27	28	29	30	31	
午後							

予約5分前に
来所して
ください。

初回面談も含め、
相談・プログラム等
はすべて事前予約制
です。

2
アイトピア花ボラ
10:00~12:00
サポ集合9:35

3
休所日

4
休所日
みどりの日

5
休所日
子どもの日

6
休所日
振替休日

7
自己表現
スキルアップセミナー
13:30~15:00

8
気仙沼相談会

9
メンタルヘルス相談
9:30~
10:30~
11:30~

10
休所日

11
休所日

12
聞いて話して
交流会
13:00~15:00

13
東松島相談会

14
社会人セミナー
10:00~12:00
就活セミナー
13:00~15:00
キャリアカウンセリング
15:00~17:00

15
HW相談会

16
リフレッシュセミナー
13:00~15:00
散歩でリフレッシュ第2弾
サポ集合12:45

17
メンタル
ヘルス
相談
9:30~
10:30~

18
休所日

19
宮殿寺清掃ボランティア
10:00~12:00
サポ集合9:20

20
女川相談会
ポスティング

21
ポスティング

22
ポスティング

23
ポスティング

24
休所日

25
休所日

26
ポスティング

27
ポスティング
社会人セミナー
10:00~12:00
就活セミナー
13:00~15:00
キャリアカウンセリング
15:00~17:00

28
ポスティング
コミュニケーションセミナー
13:00~15:00
サポ集合12:45
みなと荘

29
ポスティング
ボール de ウォーク
13:30~15:30
サポ集合13:10

30

31
休所日

利用対象	石巻サポステに利用登録されている方
開所日時	月~金曜日(祝祭日は除く)9:00~17:00
事前予約	参加は電話or来所による予約が必要です。
個別相談	開所日時で対応。(最終受付 16:00) 無料。1回の相談目安は1時間とします。
セミナー	無料。(一部、¥マーク付きは材料費実費負担)
キャンセル	予約のキャンセルは事前をお願いします。
変更連絡	天候等により予定を変更する場合があります。

<来所される際のお願い>

- 来所の際は、マスク着用
- 所内では靴下着用(スリッパに履き替え)

ご予約、キャンセルは、開所日時内で!

☎ 0225-90-3671

石巻地域若者サポートステーション

〒986-0815 石巻市中里2丁目1-8-2 SEビル2F