

2025年 1 2 月 スケジュール表



※個別相談は開所日の9:00～17:00で
対応しています。(最終受付16:00)

	月	火	水	木	金	土	日
午前	1 集中訓練	2 集中訓練	3 集中訓練	4 集中訓練	5 集中訓練	6 メンタル ヘルス 相談 9:30～ 10:30～	7 休所日
午後							
午前	8 宮殿寺清掃 ボランティア 10:00～12:00 サボ集合9:20	9 東松島相談会	10	11 気仙沼相談会	12	13 休所日	14 休所日
午後		自己表現 スキルアップセミナー 13:30～15:00		清掃セミナー 10:00～12:00	リフレッシュセミナー 11:30～14:00 xmasランチ作り サボ集合11:10 ¥500		
午前	15 社会人セミナー 10:00～12:00	16 女川相談会	17 南三陸相談会	18 HW相談会	19 メンタルヘルス相談 9:30～ 10:30～ 11:30～	20 休所日	21 休所日
午後	就活セミナー 13:00～15:00 キャリアカウンセリング 15:00～16:00	コミュニケーションセミナー 13:00～15:00 サボ集合12:45 みなと荘	就職応援セミナー 13:00～14:00 個別キャリア相談 14:15～15:15	会話・実践セミナー 13:00～14:30			
午前	22 社会人セミナー 10:00～12:00	23 ポスティング	24 ポスティング	25 ポスティング	26 ポスティング	27 休所日	28 休所日
午後	就活セミナー 13:00～15:00 キャリアカウンセリング 15:00～16:00			聞いて話して 交流会 13:00～15:00			
午前	29 年末年始休暇:12月27日 ～R8年1月4日まで						30
午後							31

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。



利用対象	石巻サポステに利用登録されている方	＜来所される際のお願い＞	ご予約・キャンセルは、 開所日時内で！
開所日時	月～金曜日(祝祭日は除く)9:00～17:00	● 来所の際は、マスク着用	☎ 0225-90-3671
事前予約	参加は電話or来所による予約が必要です。	● 所内では靴下着用(スリッパに履き替え)	
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。	石巻 サポステ	
変更連絡	天候等により予定を変更する場合があります。	地域若者サポートステーション	

https://ishisapo.roukyou.gr.jp/

〒986-0815 石巻市中里2丁目1-8-2 SEビル2F