

2026年 1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		予約5分前に来所してください。		1	2	3	
午後						4	
午前	5	6	7	8 気仙沼相談会 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 15:00~16:00	9 メンタルヘルス相談 9:30~ 10:30~ 11:30~	10 休所日	11 休所日
午後							
午前	12 休所日	13 東松島相談会 自己表現 スキルアップセミナー 13:30~15:00	14	15 HW相談会 会話・実践セミナー 13:00~14:30	16	17 メンタルヘルス相談 9:30~ 10:30~	
午後						18 休所日	
午前	19	20 女川相談会 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 15:00~16:00	21 ポスティング	22 ポスティング 聞いて話して 交流会 13:00~15:00	23 ポスティング	24 休所日	
午後						25 休所日	
午前	26 ポスティング	27 ポスティング	28 ポスティング	29 ポスティング アイトピア花ボラ 10:00~12:00 サボ集合9:40	30	31 休所日	
午後							

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＞	● 来所の際は、マスク着用	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		● 所内では靴下着用（スリッパに履き替え）	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。			
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。			石巻 サポステ 地域若者サポートステーション https://ishisapo.roukyou.gr.jp/
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にお願いします。			
変更連絡	天候等により予定を変更する場合があります。			