

2026年 3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	2	3 社会人セミナー 10:00~12:00	4	5 宮殿寺清掃ボランティア 10:00~12:00 サボ集合9:20	6 メンタルヘルス相談 9:30~ 10:30~	7	8 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					
午前	9	10 東松島相談会	11	12 気仙沼相談会	13 メンタルヘルス相談 9:30~ 10:30~ 11:30~	14 休所日	15 休所日
午後		自己表現 スキルアップセミナー 13:30~15:00					
午前	16	17 女川相談会	18	19 HW相談会	20 休所日	21 休所日	22 休所日
午後	会話・実践セミナー 13:00~14:30		就職応援セミナー 13:00~14:00 個別キャリア相談 14:15~15:15		春分の日		
午前	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 ポスティング	28 休所日	29 休所日
午後		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		聞いて話して 交流会 13:00~15:00	リフレッシュセミナー ゴスペルで気持ちのリフレ ッシュしよう(サボステ) 13:00~15:00		
午前	30 ポスティング	31 社会人セミナー 10:00~12:00	<div data-bbox="730 1630 965 1921" data-label="Text"> <p>予約5分前に 来所して ください。</p> </div> <div data-bbox="1045 1662 1332 1870" data-label="Text"> <p>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。</p> </div>				
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					

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。		
変更連絡	天候等により予定を変更する場合があります。		



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/>

〒986-0815 石巻市中里2丁目1-8-2 SEビル2F