

2026年 4月 スケジュール表



個別相談はセミナー有無に関わらず
9時～17時（最終受付16時）で対応。



	月	火	水	木	金	土	日
午前	 		1	2 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	3 メンタルヘルス相談 9:30～ 10:30～ 11:30～	4 休所日	5 休所日
午後							
午前	6	7 宮殿寺清掃ボランティア 10:00～12:00 サボ集合9:20	8	9 気仙沼相談会	10 メンタルヘルス相談 9:30～ 10:30～ 会話・実践セミナー 13:00～14:30	11 休所日	12 休所日
午後							
午前	13	14 東松島相談会	15 南三陸相談会	16 HW相談会	17	18 休所日	19 休所日
午後		自己表現 スキルアップセミナー 13:30～15:00	就職応援セミナー 13:00～14:30 個別キャリア相談 14:45～15:15				
午前	20 ポスティング	21 女川相談会 ポスティング	22 ポスティング	23 ポスティング	24 ポスティング	25 休所日	26 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12:40 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 13:00～15:00 ストレッチ&散歩しよう セイホクパーク石巻 (サボ集合12:35)		
午前	27	28 13:00～14:30 サボ集合12:30 企業説明会に参加しよう 〈仙台中央タクシー〉 (NOTEにて)	29 休所日 	30 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	 		
午後							

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。

＜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

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