

2026年 5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 メンタルヘルス相談 9:30～ 10:30～ 11:30～	2 休所日	3 休所日
午後							
午前	4 休所日	5 休所日	6 休所日	7	8 社会人セミナー 10:00～12:00	9 休所日	10 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	11 宮殿寺清掃ボランティア 10:00～12:00 サボ集合9:20	12 東松島相談会	13	14 気仙沼相談会	15 メンタルヘルス相談 9:30～ 10:30～	16 休所日	17 休所日
午後		自己表現 スキルアップセミナー 13:30～15:00			会話・実践セミナー 13:00～14:30		
午前	18	19 女川相談会	20 ポスティング	21 HW相談会 ポスティング	22 ポスティング	23 休所日	24 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	就職応援セミナー 13:00～14:30 個別キャリア相談 14:45～15:15		リフレッシュセミナー 13:00～15:00 海辺でチョコレート 長浜緑地広場 (サボ集合12:35)		
午前	25 ポスティング アイトピア花ボラ 10:00～12:00 サボ集合9:40	26 ポスティング 社会人セミナー 10:00～12:00	27 ポスティング	28 ポスティング	29	30 休所日	31 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 15:00～17:00		聞いて話して 交流会 13:00～15:00			

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> ● 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
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。	 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	
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 変更連絡	予約のキャンセルは事前にお願ひします。 天候等により予定を変更する場合があります。		