

2026

3

まつどサポステ&amp;キャリアサポートデスク

## 就職準備セミナー

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
2 11:00-12:00 一般職業適性検査 13:00-15:00 自分の強みを見つけよう	3 13:00-15:00 朗読の時間	4 10:00-12:00 ハローワーク出張相談 10:00-12:00 PC基礎講座(お) 13:00-15:00 PC基礎講座(お)	5 10:00-12:00 ハローワーク出張相談 【公開】 13:30-15:30 「ミドルのための 就活応援セミナー」 in ハローワーク5階	6 10:00-12:00 行動活性化セミナー	7 【公開】 10:00-10:30 サポステ説明会 13:00-15:30 「クリアを目指して 進行中-悠々ホルン氏 スペシャルライブ」 in 勤労会館2階
9 10:00-12:00 職場の一日 ～メモの取り方～ 13:00-15:00 採用担当者に届く 応募書類の書き方	10 11:00-12:00 一般職業適性検査 13:00-15:30 自己PRのコツ	11 10:00-12:00 ハローワーク出張相談 10:00-16:00 PowerPoint 実践講座	12 10:00-12:00 ハローワーク出張相談 10:00-12:00 メンタルトレーニング① ～ちいさな気づきが 自信につながる～ 13:00-15:00 メイクで変わる 自分発見セミナー	13 10:00-12:00 不安・緊張の扱い方 13:00-15:00 働く人をとりまく 労働法	14 10:00-12:00 PC基礎講座(お) 13:00-15:00 PC基礎講座(お)
16 10:00-12:00 報・連・相 仕事の進め方 13:00-15:00 面接対策	17 10:00-12:00 睡眠のお話し 13:00-15:00 社会人になっても使える アンガーマネジメント 13:00-16:00 鎌ヶ谷出張相談	18 10:00-12:00 ハローワーク出張相談 10:00-12:00 PC基礎講座(み) 13:00-16:00 簡単！スマホで動画 編集を楽しもう！	19 10:00-12:00 ハローワーク出張相談 10:00-12:00 3次元CAD基礎講座 入門編 【公開】 13:30-15:30 職業興味&価値観 検査から見えてくる 適職探索 in ハローワーク5階	20 CLOSED	21 【公開】 10:00-12:00 「正規雇用につなげるための整理法 と伝え方セミナー」 14:00-15:00 一般職業適性検査
23	24 10:00-12:00 お花見から始める ストレッチ・歩・ ジョグ。習慣化！ 【公開】 13:30-14:00 サポステ説明会	25 10:00-12:00 ハローワーク出張相談 9:30-11:30 農業体験 11:00-12:00 一般職業適性検査 13:00-15:00 オイルパステル	26 10:00-12:00 ハローワーク出張相談 10:00-12:00 メンタルトレーニング② ～なりたい自分に近づく 初めの一歩～	27	28
30	31 まつどサポステ LINEをはじめました！ ご登録はこちらから！ 		応募書類作成・PC自主学习に使用可 <b>PCスペース</b> 10:00～12:00 / 13:00～15:00 土曜日・PC講座・イベント開催、会議等の 都合で利用できない場合があります。		 スケジュールは変更の可能性が あります。最新情報はHPで！

お申込み  
お問合せ

サポステ 厚生労働省委託事業 / 松戸市連携事業

まつどサポステ ☎ 047-703-8301

まつど地域若者サポートステーション 月～土(祝日休み) 9:30～17:00  
松戸市松戸2060 松戸商工会議所別館2階 (受付は16:30迄)

\* 公開セミナーを除くすべてのセミナーの参加には、利用登録が必要です。対象は15歳～49歳の方で、登録時に無業または週20時間未満の就労者に限ります。なお、学生の方は原則ご利用いただけません。

