

2026

4

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



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！

1  
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)

2  
10:00-12:00  
ハローワーク出張相談

3  
11:00-12:00  
一般職業適性検査

4

6

7

10:00-12:00  
面接対策

8  
10:00-12:00  
ハローワーク出張相談

11:00-12:00  
一般職業適性検査

13:00-15:00  
今と将来のための  
公的年金と働き方

9

10:00-12:00  
ハローワーク出張相談

10:00-11:00  
都市農業を知ろう!

10

10:00-12:00  
行動活性化セミナー

11

【公開】  
10:00-10:30  
サポステ説明会

【公開】  
13:30-14:30  
みんなで  
ウォーミングアップ

13

10:00-12:00  
雑談力UPで  
自分力UP

13:00-15:00  
PC基礎講座(み)

14

10:00-12:00  
未来をイメージーション

13:00-15:30  
自己PRのコツ

15

10:00-12:00  
ハローワーク出張相談

10:00-16:00  
Excel実践講座

16

10:00-12:00  
ハローワーク出張相談

11:00-12:00  
一般職業適性検査

【公開】  
13:30-15:30  
職業興味&価値観  
検査から見える  
適職探索  
in ハローワーク5階

17

18

13:00-15:00  
困ったときの  
リフレーミング

20

【公開】  
10:00-10:30  
サポステ説明会

13:00-16:00  
はじめてでもできる  
プログラミング講座

21

10:00-12:00  
よりよい人間関係を  
育む気持ちの伝え方

13:00-16:00  
鎌ヶ谷出張相談

22

10:00-12:00  
ハローワーク出張相談

11:00-12:00  
一般職業適性検査

23

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

24

10:00-12:00  
不安・緊張の扱い方

13:00-15:00  
オイルパステル

25

10:00-12:00  
PC基礎講座(お)

13:00-15:00  
PC基礎講座(お)

27

10:00-12:00  
習慣をつくる

14:00-15:00  
一般職業適性検査

28

【公開】  
10:00-12:00  
企業説明会  
in 勤労会館

29

CLOSED

30

10:00-12:00  
ハローワーク出張相談

10:00-12:00  
春から始める  
ストレッチ・歩・  
ジョグ。習慣化!

応募書類作成・PC自主学習に使用可

PCスペース

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時間があります。

まつどサポステ  
LINEをはじめました!  
ご登録はこちらから!

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。

