



6月に入り、早くも夏の訪れを感じる気候になってきました。暑さに負けないよう、就職活動に勢いをつけるためにも、サポステのセミナーを活用しませんか？今月号は、猪名川町で実施するセミナーを大特集します！

令和8年度 猪名川町 就職氷河期世代就労サポート事業

就職につながる！

## パソコンスキルUPセミナー 基礎編

仕事でよく使う Word・Excel を基礎から学ぶセミナーです。基礎的な操作を学び、働くことに一步踏み出すための自信につなげましょう！



会場

猪名川町立 中央公民館 会議室 2

対象

- ・働くことに向けて一步踏み出したい方
- ・キーボードを使用したローマ字入力ができる方

### こんな人にオススメ！



- 入力ができるけれど、書類を1から作ったことがなく、仕事で使うのは不安
- 使用経験はあまりないけれど、パソコンを使う仕事にもチャレンジしたい
- 働きたい気持ちがあり、就職活動を始めるきっかけにしたい

### Word 基礎編

6/30 (火) 10:30 ~ 12:30  
(10:00 ~ 受付開始)

社外向けの文書を作成します。効率よく文字入力を行い、読み手を意識した見栄えの良い資料に仕上げる操作方法を学びます。

- 効率よく文字入力する方法
- 書式設定
- 表の挿入と編集
- 保存の仕方

### Excel 基礎編

6/30 (火) 14:00 ~ 16:00  
(13:30 ~ 受付開始)

売上管理表を作成します。効率よくデータ入力を行い、四則演算や関数を使った集計と、グラフの作成方法を学びます。

- 効率よくデータ入力する方法
- グラフ作成
- 四則演算、関数の使い方
- 保存の仕方

定員 7名 (参加無料・要事前申込)

申込 来所・電話・申込フォームのいずれかにて受付

※定員を超えた場合、猪名川町民の方を優先に受付いたします。

※申込フォームの場合は、内容を確認次第さんだサポステよりお電話いたします。



### 毎月実施中

## 猪名川町 出張キャリア相談

場所 日生住民センター内 日生公民館 会議室



無就業、非正規雇用、ひきこもり状態から一步踏み出したい方を対象に、出張キャリア相談を毎月1回実施しています。働くために何から始めればいいのか、どのように進めていくのか等、あなたらしい働き方の実現に向け、キャリアコンサルタントと一緒に考えていきます。

▲コチラを読み取ると、日程などの詳細が確認できます。ご質問はお気軽にさんだサポステまでお問合せください。

# 6月の予定

オープンサポステは、6/11(木)と25(木)に実施!

月	火	水	木	金	土	日
1 キャリア相談 価値観発見セミナー	2 キャリア相談	3 出張キャリア相談 (キッピーモール)	4 キャリア相談 出張キャリア相談 (ウッディタウン)	5 キャリア相談	6 休所日	7 休所日
8 キャリア相談	9 キャリア相談 *出張キャリア相談 (猪名川町)	10 出張キャリア相談 (キッピーモール)	11 キャリア相談 出張キャリア相談 (丹波市) オープンサポステ(午前)	12 キャリア相談 オンラインサポステ説明会	13 休所日	14 休所日
15 キャリア相談	16 キャリア相談 出張キャリア相談 (三木市)	17 出張キャリア相談 (キッピーモール)	18 キャリア相談 出張キャリア相談 (ウッディタウン) パソコンスキルアップ講座	19 キャリア相談 出張キャリア相談 (加東市) パソコンスキルアップ講座	20 休所日	21 休所日
22 キャリア相談	23 キャリア相談 出張キャリア相談 (丹波篠山市)	24 出張キャリア相談 (キッピーモール)	25 出張キャリア相談 (丹波市) オープンサポステ(午前) 職業適性セミナー	26 出張キャリア相談 (川西市) オンラインサポステ説明会 職業適性セミナー	27 休所日	28 休所日
29 キャリア相談	30 キャリア相談 猪名川町セミナー	<b>オンラインサポステ説明会</b> は、 <b>6/12(金)・26(金)</b> 各日 10:30～(30分程度)				

UPプロジェクト 就職につながる!

## パソコンスキルアップ講座

4月開講 《Word基礎》 《Excel基礎》  
**6/18(木)、6/19(金)**

【対象】49歳までの求職活動中で全日程参加できる方  
 【時間】13:00～17:00  
 【会場】三田市商工会館内 【定員】7名  
 【持ち物】筆記用具、USBメモリー  
 【申込締切】6/15(月)17:00

▽申込フォーム 


ハローワーク三田共催セミナー

## 職業適性セミナー

仕事選びに役立つ!

1日目 《筆記検査》 **6/25(木) 10:00～11:30**  
 2日目 《器具検査》 **6/26(金) 13:00～17:00**  
※1枠20分程度/個別で実施

【対象】49歳までの求職活動中の方  
 【会場】ハローワーク三田2階会議室  
 【持ち物】鉛筆(HB) 【定員】8名  
 【申込締切】6/23(火)17:00

▽申込フォーム 

## 三田市外でも出張相談実施中!

※状況により変更となる場合があります。事前にサポステまでお問い合わせください。

出張相談先	場所	実施日	時間
猪名川町	日生住民センター内 日生公民館 会議室	*毎月1回実施	いずれも ①13:00～ ②14:00～ ③15:00～ (1回50分/予約優先)
三木市	サンライフ三木1階 分室	毎月第3火曜日	
加東市	社福祉センター1階 相談室	毎月第3金曜日	
丹波篠山市	丹波篠山市民センター 研修室①	毎月第4火曜日	
川西市	アステ川西6階 アステ市民プラザ ルーム2	毎月第4金曜日	
丹波市	丹ワークサポートたんば(丹波市役所春日庁舎1階)	毎月第2・4木曜日	

働きたい15～49歳までの無業の方のための就労相談窓口

## さんだ若者サポートステーション

運営：一般社団法人 キャリアエール [厚生労働省事業]

受付時間 (月～金)9:30～17:30

休所日 土曜・日曜・祝日・年末年始

TEL 079-565-9300

〒669-1531 三田市天神1丁目5番33号 三田市商工会館1階

<https://career-yell.jp/sanda/>

応募書類の添削  
面接対策など  
気軽に相談してくださいね!

