

ひとりで悩んでいませんか？

生きること、働くこと、あなたの悩みを一緒に考えます。

# しんじゅくサポステだより

第177号  
2023年11月号

## 対象となる人

学校を卒業・中退後あるいは離職後  
一定期間無業の状態にある、  
**15歳から49歳**までの方及び  
その保護者の方が対象です。

## 利用料金

基本的に**無料**です。  
ただし、プログラムの内容によっては  
参加費がかかる場合があります。

## 交通案内

- ・東西線早稲田駅 3b出口 徒歩7分
- ・副都心線西早稲田駅 2番出口 徒歩11分
- ・都電荒川線 早稲田駅 徒歩9分
- ・JR山手線、西武新宿線 高田馬場駅  
早稲田口改札徒歩18分

## \*\*\*\*\*11月のおすすめプログラム\*\*\*\*\*

「天高く馬肥ゆる秋」東京の空も高く感じますね。夏の疲れをしっかりとって、体調管理して、働く準備をしていきましょう！

### ワークスタートセミナー

～知っておきたい働くときのポイント～  
新宿労働基準監督署

時間：13:00～15:00

場所：しんじゅくサポステ

11/21  
(火)

採用が決まって働くことになったけど、労働条件ってどうなっていたかな？ アルバイトでも残業代ってもらえるの？  
今回はそんな働くときの気になるポイントを新宿労働基準監督署の方にお越しいただいてお話しさせていただきます。  
せっかくなので、知りたいこと、いろいろ質問してみましょう！

時間：13:00～15:00

場所：しんじゅくサポステ

### お仕事体験「事務の仕事を経験してみよう」

ディーキャリア芝浦オフィス

11/30  
(木)

事務の仕事に興味があるけれど、自分にできるかな？事務ってどんな仕事をするのかわからない。会社に行ってもできなかったらどうしよう。こんな不安を抱えているあなたに朗報です。サポステ内で事務作業を体験できます。上司にあたる講師から指示をもらい、PCを使って調べ、実際にファイルの作成を行って頂きます。サポステだから失敗しても大丈夫。何が出来た、難しかった等、後日面談で整理するとより効果的です。

## お問い合わせ先

TEL : 03-6380-2288

Mail:syss@roukyou.gr.jp

- (月)～(金)10:00～18:00
- (第1、第3土)13:00～17:00

※未所の際は、事前にお電話でご予約をお願いします。

他にも多数講座を用意しております。

詳しくはHPへアクセス

<http://syss.roukyou.gr.jp/>

講座の雰囲気はブログで紹介しております。

<http://ameblo.jp/shinjukusaposute/>

しんじゅく若者サポートステーション サポステ・プラス  
〒169-0051 東京都新宿区西早稲田2丁目4-7 東京DEW 2F