



多摩若者サポートステーション

★利用無料、初めての方は登録が必要です。事前にお電話ください。

	日	月	火	水	木	金	土
A M	<p>相談は随時受け中です!</p> <ul style="list-style-type: none"> 働く意欲がわからない、働く自信がない 何度も面接に落ちて落ち込んでいる 仕事につけない悩みを抱えている(家族など) <p>など、心の悩みに関して、お気軽にご相談ください。 ※予約制(随時)</p>			<p>1</p>	<p>2</p>	<p>3</p>	<p>4</p> <p>10:00~16:00</p> <p>新春! 書初め大会</p>
					<p>あけましておめでとうございます</p> <p>2025</p>		<p>13:30~15:00</p> <p>みんなで行こう! 初詣</p>
A M	5	6	7	8	9	10	11
			<p>10:00~12:00 要予約</p> <p>多摩若者サポートステーション 利用相談会</p>	<p>10:00~12:00 要予約</p> <p>「職業マップ」さまざまな仕事について学ぶ</p>	<p>10:00~12:00</p> <p>多摩サポワーク 一緒に作業を通して交流をしましょう</p>	<p>10:00~12:00 要予約</p> <p>パソコン講座 初心者向け、基本レベルを学習します。</p>	<p>10:00~15:00 要予約</p> <p>保護者相談会</p>
P M			<p>13:30~15:00 要予約</p> <p>図書館ボランティア 返却本の整理を行います</p>	<p>13:00~16:00 要予約</p> <p>スポーツ交流会 運動を通して交流をしましょう!</p>	<p>13:30~14:30 定員3名</p> <p>「家庭菜園活動」 農業初心者の方向け</p>	<p>13:30~15:30</p> <p>多摩サポワーク 一緒に作業を通して交流をしましょう</p>	<p>14:00~17:00</p> <p>多摩カフェ 初めての方向け 予約不要</p>
	12	13	14	15	16	17	18
A M		<p>祝 成人の日</p>	<p>10:00~12:00 要予約</p> <p>宿泊型 集中訓練プログラム 施設見学説明会</p>	<p>10:00~12:00 要予約</p> <p>生活習慣と身だしなみ・5S</p>	<p>10:00~12:00</p> <p>多摩サポワーク 一緒に作業を通して交流をしましょう</p>	<p>10:00~12:00 要予約</p> <p>パソコン講座 初心者向け、基本レベルを学習します。</p>	<p>10:00~15:00 要予約</p> <p>保護者相談会</p>
			<p>13:30~15:30 要予約</p> <p>VRT 職業リディネステスト</p>	<p>13:00~16:00 要予約</p> <p>スポーツ交流会 運動を通して交流をしましょう!</p>	<p>13:30~14:30 定員3名</p> <p>「家庭菜園活動」 農業初心者の方向け</p>	<p>13:30~15:30</p> <p>多摩サポワーク 一緒に作業を通して交流をしましょう</p>	<p>14:00~17:00</p> <p>多摩カフェ 初めての方向け 予約不要</p>
A M	19	20	21	22	23	24	25
			<p>10:00~12:00 要予約</p> <p>多摩若者サポートステーション 利用相談会</p>	<p>10:00~12:00 要予約</p> <p>ビジネスマナーセミナー 「電話対応・ビジネスメール」</p>	<p>10:00~12:00</p> <p>多摩サポワーク 一緒に作業を通して交流をしましょう</p>	<p>9:30~15:00 要予約</p> <p>農業体験 in 八王子</p>	<p>10:00~15:00 要予約</p> <p>保護者相談会</p>
P M			<p>13:30~15:00 要予約</p> <p>図書館ボランティア 返却本の整理を行います</p>	<p>13:00~16:00 要予約</p> <p>スポーツ交流会 運動を通して交流をしましょう!</p>	<p>13:30~14:30 定員3名</p> <p>「家庭菜園活動」 農業初心者の方向け</p>	<p>13:30~15:30</p> <p>多摩サポワーク 一緒に作業を通して交流をしましょう</p>	<p>14:00~17:00</p> <p>多摩カフェ 初めての方向け 予約不要</p>
	26	27	28	29	30	31	2/1
A M			<p>10:00~12:00 要予約</p> <p>宿泊型 集中訓練プログラム 施設見学説明会</p>	<p>10:00~12:00 要予約</p> <p>就活対策セミナー 「職務経歴書の書き方」</p>	<p>10:00~12:00</p> <p>多摩サポワーク 一緒に作業を通して交流をしましょう</p>	<p>10:00~12:00 要予約</p> <p>パソコン講座 初心者向け、基本レベルを学習します。</p>	<p>10:00~15:00 要予約</p> <p>保護者相談会</p>
			<p>13:30~15:00 要予約</p> <p>図書館ボランティア 返却本の整理を行います</p>	<p>13:00~16:00 要予約</p> <p>スポーツ交流会 運動を通して交流をしましょう!</p>	<p>13:30~14:30 定員3名</p> <p>「家庭菜園活動」 農業初心者の方向け</p>	<p>13:30~15:30</p> <p>多摩サポワーク 一緒に作業をしましょう</p>	<p>14:00~17:00</p> <p>多摩カフェ 初めての方向け 予約不要</p>

多摩サポ利用相談会・宿泊型集中訓練プログラム施設見学説明会

支援機関・教育機関関係者の方向けに毎週火曜日に多摩サポ利用相談と宿泊型集中訓練プログラム施設見学説明会を開催しております。支援諸機関の方々にとっては、当事者支援の方法をより具体的にご理解いただけるものとなっておりますので、ご関心のある方は是非ご参加ください。お待ちしております。

日時：毎週火曜日 10時~12時
要予約・参加費無料

主な内容
・施設見学、サポステへの繋ぎ方、宿泊型集中訓練プログラムの説明

謹んで新年のお慶びを申し上げます。

昨年は格別のご恩情を賜り、厚く御礼を申し上げます。
新たな年も変わらぬご愛顧を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

多摩若者サポートステーション

はじめての方へ

～ご利用方法のご案内～

こんな方にご利用いただけます！

15歳から49歳の方で、

「働く」ことや「働き続ける」ことに困難を感じている方とその家族の方

以下の方もご相談下さい。状況を踏まえた上で支援可能であればご利用頂けます。

- 非正規雇用にて就労中の方でさらに安定就労を目指す方
- 現在医療機関で通院治療中もしくはカウンセリングを受けている方
- 定時制高校や通信制高校在学中の方
- 外国籍の方で、就労可能な滞在資格を有している方

★保護者相談のご案内★

多摩若者サポートステーションでは保護者の方の相談も受け付けています。ご家族が未就労の状態にあり相談したい、家族間のみでは解決の糸口が見つからない、お子さんとの対話で困っているといった悩みをお持ちの方。家族としての関わり方、情報提供、支援機関へのつなぎ方のポイントなど専門のスタッフが相談に応じます。お子さんの同席が無くても相談は可能です。

START

電話・ネットで予約

サポステのご利用には登録面談が必要です。まずは、電話かウェブサイトからご予約ください。

「お気軽サポステ」に参加

予約不要の「サポステ説明会」を定期的に開催しています。開催日については、ウェブサイトをチェックしてください。

登録・面談

現状や働くうえでの不安や悩みについてうかがい、利用方法や今後についてご提案・ご案内します。

他機関の紹介

サポステよりも適切な機関があるとスタッフが判断した場合、他機関をご紹介します。

「働く」にお悩みを抱えるご家族の方のための
多摩サポ 保護者相談会

対象：「働く」ことにさまざまな悩みを抱える15歳～49歳までの方、及びそのご家族の方

内容：相談員による無料の相談会です。

時間：土曜日 10:00～15:00（事前にご連絡ください）

【全国どこからでも】若年無業者等集中訓練プログラム

多摩サポでは、「若年無業者等集中訓練プログラム」を実施しております。これまで全国各地から当プログラムのお問い合わせをいただき、たくさんの方々が参加され就労を目指してきました。福生市にあるNPO法人青少年自立援助センター内に6ヶ月間宿泊しながら、生活習慣改善・就労・自立支援プログラムを受講するものです。このプログラムは、『就労を目指す若者のためのトータルサポート』です。特に、自分の周りの環境を変えることで、今の自分とは違う力が働く効果があります。ぜひ、一人で一歩踏み出すよりも、仲間と一緒に一歩を踏み出してほしいかたがでしょうか。お気軽にお問い合わせください！



あなたと同じ悩みを抱えた人たちが多数来所しています！

就労を目指す
一歩一歩の
若者のための
トータルサポート

全国どこからでも
お住まいでも
お申込み
いただけます。

就労を目指す
若者のための
トータルサポート

宿泊型
集中訓練
プログラム

受講生募集
（全額が4）

全国の中学卒業から
49歳までの無業状態で就労経験のある方
6ヶ月間（無業状態継続）
1ヶ月50,000円（滞り代・食費）

青少年自立援助センター TEL 042-563-2575



多摩サポ公式ホームページ
https://www.tamayss.jp/



多摩サポ公式X
https://twitter.com/tama_yss

さあ、次はあなたが活躍する番！