

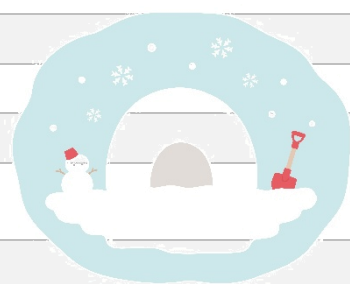
# いちサポたより

厚生労働省認定事業



## 2026年1月 いちサポスケジュール

1日	木	休館日
2日	金	休館日
3日	土	休館日
4日	日	休館日
5日	月	休館日
6日	火	通常相談・出張相談（ハローワーク犬山）
7日	水	通常相談
8日	木	通常相談
9日	金	通常相談・出張相談（岩倉市役所・稲沢市役所）
10日	土	通常相談・メンタル相談（臨床心理士）
11日	日	休館日
12日	月	休館日
13日	火	休館日
14日	水	通常相談
15日	木	通常相談・出張相談（ハローワーク一宮）
16日	金	通常相談・職場見学体験説明会
17日	土	通常相談・メンタル相談（臨床心理士）
18日	日	休館日
19日	月	休館日
20日	火	通常相談
21日	水	通常相談
22日	木	通常相談・出張相談（犬山市役所）
23日	金	通常相談・セミナー「やさしい応募書類の作り方」
24日	土	通常相談・メンタル相談（臨床心理士）
25日	日	休館日
26日	月	休館日
27日	火	通常相談
28日	水	通常相談
29日	木	通常相談
30日	金	通常相談・出張相談（江南市役所・大口町役場） セミナー「怒りを知ろう～アンガーマネジメント～」
31日	土	通常相談・メンタル相談（臨床心理士）



※ 各種相談、プログラムは無料です。お気軽にお問合せ下さい。

## ◆ いちサポでの様々な支援内容について

1. 面談を通しての支援（面談：1回50分）  
あなたの希望や悩み、困っていることについてお聴きし、支援員と一緒に振り返りながら解決を目指していきます（これが基本の支援となります）
2. 応募活動への支援  
応募書類の作成と添削、面接の練習等も行っています。
3. 職業適性検査（基本支援の面談とセットで行います）  
仕事を選択するために必要となる、能力・職業興味・価値観等の確認
4. セミナーを通しての支援（基本支援の面談とセットで行います）  
○就職活動の基本  
履歴書・職務経歴書の作成支援、面接対策、求人検索法、  
○人間関係作り  
コミュニケーション能力の向上、人に自分の思いを伝えるアサーション  
○メンタル力の強化  
ストレスへの対応力向上、認知行動療法での自己分析と対応  
○社会人としての常識や教養を身につける  
一般常識、ビジネスマナー講座、社会人基礎力
5. 職場見学・体験とジョブトレーニング  
職場見学・体験等、所内作業
6. 就職後の定着支援・ステップアップ支援



## ◆メンタル相談

予約の際に『メンタル相談を受けたい』旨をお伝え頂ければ、対応させていただきます

## ◆パソコン講座

パソコンの基本操作、応募書類の作成など、就職活動に最低限必要な操作をお伝えします。  
面談を通して必要な際に随時実施します。可能な範囲で対応させていただきます。



## 【お申込み・お問い合わせ】

- ◎ いちのみや若者サポートステーション  
住所：愛知県一宮市栄3丁目1番2号 iビル6階 一宮市ビジネス支援センター内（一宮駅 徒歩1分）  
TEL 0586-55-9286  
電話受付時間（10時～17時）  
FAX 0586-55-2013 火曜～土曜 10時～17時  
URL <http://ichisapo.roukyou.gr.jp/> Eメール [ichisapo@roukyou.gr.jp](mailto:ichisapo@roukyou.gr.jp)
- ◎ 津島地域若者サポートステーション  
住所：愛知県愛西市日置町山の池209-1 横清ビル2階  
TEL 0567-69-4301  
電話受付時間（10時～17時）  
FAX 0567-69-4302 火曜～土曜 10時～17時 Eメール [tsushisapo@roukyou.gr.jp](mailto:tsushisapo@roukyou.gr.jp)

最新情報は、いちサポホームページから。



## セミナーのご案内



初めてでも安心!

### やさしい応募書類(履歴書・職務経歴書)の作り方



2026年1月23日(金) 13:30~15:00

- ・「応募書類と言うと難しそう」
- ・「職務経歴書はつくったことないし…」
- ・「自己PRなんて書けない」

こんなお悩みはありませんか?

求人に応募するためには必要になってくる応募書類。

備えあれば憂いなし!この機会にしっかり学んでおきませんか?

履歴書・職務経歴書の作成のポイントはもちろんのこと、細かな点まで丁寧にお教えします。



### 怒りを知ろう ~アンガーマネジメント~



2026年1月30日(金) 13:30~15:00

つい怒ってしまって誰かを傷つけてしまったり、私だけが我慢すればいいんだと怒りの感情を封じ込めようとしたり、上手に気持ちを伝えられなかったりという経験はありませんか?「怒り」は持つてはいけない感情のようにとらえている人も多いですが、実はそうとは言い切れません。誰しもが持っている怒りの感情と上手に付き合うためのヒントをお伝えします。

## 出張相談のご案内

### ◆ハローワーク一宮

1月15日(木)

時間: 10:00~16:00

場所: ハローワーク一宮

※適職診断出来ます♪

※相談場所は受付でご確認ください

### ◆岩倉市

1月9日(金)

時間: 9:30~12:00

場所: 岩倉市役所 1階

### ◆江南市

1月30日(金)

時間: 9:30~12:00

場所: 江南市役所 防災センター 2F 研修室

### ◆犬山市

1月22日(木)

時間: 13:00~16:00

場所: 犬山市役所内 2F 相談室

### ◆ハローワーク犬山

1月6日(火)

時間: 10:00~16:00

場所: ハローワーク犬山

※適職診断出来ます♪

※相談場所は受付でご確認ください

### ◆稲沢市

1月9日(金)

時間: 14:00~16:30

場所: 稲沢市役所東庁舎 相談室2

### ◆大口町

1月30日(金)

時間: 14:00~16:30

場所: 大口町役場 相談室

## 職場見学・体験説明会

1月16日(金) 時間: 13時30分~15時00分

働くことに迷いや自信のなさを感じていれば、『職場見学・体験』がオススメです。『職場見学・体験』の実施に際して、説明会を開催します。自分の仕事に対する知識の向上や、実際の職場を肌で感じるための良い機会です。まず説明会に参加してみませんか?