

サポステ卒業生のための

『定着・ステップアップ支援』

長岡サポステでは、サポステを通じて就職した方の定着・ステップアップ支援を実施しています。月1回の休日・夜間相談のほか、懇談会も開催しています。詳しくは、サポステまでお問合せください。

☆☆4月の予定☆☆

卒業生懇談会	4月18日(土)	13:00～14:00
土曜サポくら	4月18日(土)	14:00～15:30
土曜相談	4月18日(土)	10:00～12:00
夜間相談	4月16日(木)	17:00～20:00

※都合により日程や内容が変更になる場合がございます。

2026年度がスタートしました！今年度もよろしくお願いいたします。

春は変化の多い時期ですが、生活や職場環境の変化は、時にストレスにつながる可能性があります。4月の卒業生懇談会では、「働く人のメンタルヘルス」をテーマにこころの健康を保つ知識を身につけます。

皆さんが日頃感じていることも、いっしょに話し合しましょう。

引き続き「土曜サポくら」にもご参加ください。定員は10名です。

前日17時までにお電話でお申し込みください。

