作業がこなせるか、スピードについていけるか不安だった

人に話しかけるのが苦手だったので、コミュニケーションが取れるかすごく不安だった

ブランクが長く体力が無いので、２時間働けるか不安だった

長岡サポステの 職場体験で 就職を目指そう！

長岡地域若者サポートステーションでは、協力企業で実際の仕事をさせていただき、仕事内容や職場の雰囲気を知り、働く自信を身に付け、就職を目指すことができる「職場体験」を実施しています。登録企業は約 70 社。機械製造、食品製造、製造、サービス業、販売、清掃など、職種も多種あります。ぜひ、ご利用ください。

1. 申し込み

まずは、長岡サポステまでお問い合わせください。
相談の日時を決定いたします。

2. 相談

目的や希望などを相談し、協力企業のリストや
興味を持った求人から体験先を検討し、選択します。



3. 体験先決定

企業へ依頼し、日程等を調整します。

4. 職場体験実施

体験中も、サポステスタッフがフォローいたします。※体験中の賃金は発生しません。

5. 体験振り返り相談

実際の就労体験を経て気づいたことや感想などを振り返り、今後の就活に向けての準備を行います。
ご本人のご希望により、体験先企業に求人がある場合、その企業への応募活動を支援いたします。

対象者：４９歳までの無業の方、参加にはサポステ登録が必要です。

体験期間：１日～3 ヶ月　3～8 時間/日　20～40 時間/週

実施企業：長岡サポステ協力企業など　※詳しくは相談時にお知らせいたします

長岡サポステ
ホームページはこちら

体験談は裏面へ ▶

職場体験っていいね！（利用者の声）

サポステ 地域若者サポートステーション



40 代男性

「職場体験を通じ職場の様子がわかり、安心して働くことができた」

職場環境が合わずストレスを感じ転職を繰り返し、就職活動に悩んでいた時、サポステのチラシを見て来所。就職に向けたプログラムに参加しながら、就職活動を再開。「週休二日」「正社員」など条件で選んだ求人を検討し、企業見学も行い働きたいという気持ちを持てたので応募。採用された。働いてみると「業者との交渉」など見学では見えなかった業務に追われ、次第に会社に行くのがつらくなり退職。

サポステで再度相談し、実際に働いて自分に合う仕事を知るため、サポステの職場体験プログラムに参加。今まで経験のない製造の仕事を 10 日間体験した。毎日出勤し、社員の方に教わりながら仕事を覚えていった。社員の方から「仕事が丁寧だね」「作業スピードが速くなってきたね」などの声をかけてもらい、嬉しかった。採用された場合の職種で働いてみたことで、職場の雰囲気もわかり、仕事への自信もついた。
体験終了後、体験先の企業に応募し採用され、現在就労中。

「段階を踏んだ体験から自信を持つことができた」



30 代男性

専門学校中退後、何をしていいかわからなく何をやってもダメな気がして、2 年間自宅で過ごした。家族の勧めでサポステを知り、とりあえず行ってみようと思い来所。体力に自信がなかったのでどのくらい働けるかを知り体力をつけるため、草刈りなどのボランティア活動に 3 日間参加。その後も週 2 日継続的に参加。ボランティアなので気持ちが楽に作業ができ、暑い時期に行ったことで大変だったが、働く自信を少しずつ持つことができた。

その後、サポステの協力企業で食品製造の職場体験を実施。最初はライン作業が不安だったが、周りの人に教えてもらいながら効率を考えて取り組むことで、徐々に作業スピードが上がり、できることが増えてきた。体験後、その企業で半年間の有期雇用求人に応募し採用され、期間満了まで働くことができた。
簡単なことから少しずつ始めたことで働く自信がつき、お金を稼いで自立した生活をしたいという気持ちが大きくなった。現在は、正社員を目指して就職活動中。

長岡地域若者サポートステーション

〒940-0062 長岡市大手通 2-2-14　米百俵プレイス東館 4 F

https://www.nagaoka-wsc.org　☎ 0258-86-7730