

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
					●サポステ塾（服部） 「職場でのマナーとコミュニケーション2」 ●朝倉出張相談	●大牟田相談 ●大牟田サポステ塾
5	6	7	8	9	10	11
		●パソコン教室	●氷河期講座（安川）	●パソコン教室	●サポステ塾（梅崎） 「認知行動療法」 ●八女出張相談	建国記念の日
12	13	14	15	16	17	18
		●柳川出張相談 ●パソコン教室	●久留米交流会	●パソコン教室	●サポステ塾（坂田） 「就活とその気持ちについて」 ※オンライン参加もできます	●大牟田相談（午前中のみ） ★大牟田家族セミナー
19	20	21	22	23	24	25
		●大川出張相談 ●パソコン教室	●ボランティア活動 ●サポカフェ（安川）	天皇誕生日	●サポステ塾（梅崎） 「認知行動療法」	●大牟田相談 ●大牟田交流会 ★ステップアップセミナー
26	27	28	※以下の症状がある方は参加をお控えいただき、体調が十分に回復されてからご参加ください。 ●発熱のある方、また発熱が続いている方 ●風邪の症状が（発熱、咳、くしゃみ、喉の痛み等）ある方 ●強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある方 ●その他、体調に不安がある方			
		●柳川出張相談 ●パソコン教室（久留米）				



サテライト大牟田

◆大牟田サポステ塾

日時■ 2月4日（土）14:15～15:45
場所■ サテライト大牟田
テーマ■ マナーとコミュニケーション



◆大牟田交流会

日時■ 2月25日（土）14:15～15:45
集合場所■ サテライト大牟田
内容■ 普光寺の「臥龍梅」鑑賞
※観梅料金:300円



要予約

- サポステ塾
- ボランティア
- 交流会
- 各種セミナー

サポステ塾・ボランティア・交流会・各種セミナー

◆氷河期講座

日時■ 2月8日（水）14:15～15:45
場所■ 篠山コミセン
テーマ■ 「勇気について」
（自分の勇気を上手に使う）

※サポステ利用者はどなたでも参加できます

◆サポカフェ

日時■ 2月22日（水）15:00～16:00
場所■ 篠山コミセン
テーマ■ 「職業適性について」
（キャリア・アンカー）

※サポステ利用者はどなたでも参加できます

◆久留米交流会

日時■ 2月15日（水）14:15～15:45
集合■ 篠山コミセン
内容■ 百人一首



◆ボランティア活動

日時■ 2月22日（水）14:15～15:45
集合■ 篠山コミセン
内容■ 清掃活動



◆パソコン教室

毎週火曜・木曜 13:00～17:00
（マンツーマン45分講習） ※予約制です



★大牟田家族セミナーのご案内★

日時■ 2月18日（土）14:00～16:30
場所■ まいピア高田（みやま市）
内容■ 筑後サポステの紹介
利用者の体験談、家族交流会



★ステップアップセミナーのご案内★

日時■ 2月25日（土）13:30～16:00
場所■ えーるピア久留米 301学習室
内容■ ストレッチ、フリータイム（ミニイベント有）

