

7月より支援メニューが、「コース対応」で行うように変わります。

A. メンタル強化コース

6
ヶ月
コース

自分の心を整理する。

- ストレスへの対応、生きづらさを感じる
- メンタルの強化・整理が必要な方
- 自信が無い、意欲が出ない
- 不安が強い、うまくいかない方など

支援メニュー

- メンタル強化プログラム①～⑧、ストレスへの対応
- 所内作業(軽作業系、もの作り系、事務系)、農作業

B. スキルアップコース

4
ヶ月
コース

就労に向けて必要な様々な能力を身に付ける。

- 働く上で必要な社会性、自立性や仲間と共に仕事を進めていく上で必要となる、コミュニケーションの能力や人間関係づくりなどを身に付けて行く。
- 人との関係作りが苦手な方、仕事をがうまくい続かない方など

支援メニュー

- 人との関係作り強化プログラム①～⑫、ストレスへの対応
- 社会性ゲーム、パソコン、ジョブトレ(内職、ポスティング)
- 適職診断、職場体験、ボランティア、ホンキの就職、集中訓練

C. 就職対応力向上コース

2
ヶ月
コース

就職に向けての対応力をつける。

- 自身の仕事力を確認し、自分を伝える力を身に付ける。
- 履歴書の作成と添削、整理が必要な方、面接の練習を行いたい方、就労体験を進めていきたい方など

支援メニュー

- パソコン、仕事力発見、1分間スピーチ、履歴書作り、自己PR作りと添削、面接練習、職場体験、ホンキの就職、集中訓練
- 適職診断、ストレス対応

就職

はるサポたより

(厚生労働省認定事業 受託団体 特定非営利活動法人 ワーカーズコープ)



7月 はるサポスケジュール

2017年 7月号

1日	土	通常相談・農作業
2日	日	休館日
3日	月	休館日
4日	火	通常相談・パソコンワード①
5日	水	通常相談・社会性①
6日	木	通常相談・人間関係づくり①
7日	金	通常相談・パソコンエクセル①・メンタル①
8日	土	通常相談・農作業・『ホンキの就職②』
9日	日	休館日
10日	月	休館日
11日	火	通常相談・ポスティング
12日	水	通常相談・ポスティング・メンタル②・人間関係づくり②
13日	木	通常相談・ポスティング・HW春日井出張相談
14日	金	通常相談・『ホンキの就職③』・パソコンワード②
15日	土	通常相談・農作業・ストレス対応
16日	日	休館日
17日	月	休館日
18日	火	通常相談・小牧市出張相談・人間関係づくり③
19日	水	通常相談・内職市場・社会性②
20日	木	通常相談・内職市場・メンタル③・HW見学
21日	金	通常相談・内職市場・『ホンキの就職④』
22日	土	通常相談・農作業・人間関係づくり④
23日	日	休館日
24日	月	休館日
25日	火	通常相談・人間関係づくり⑤
26日	水	通常相談・パソコンエクセル②・メンタル④
27日	木	通常相談・お便り送付準備作業・HW春日井出張相談
28日	金	通常相談・人間関係づくり⑥
29日	土	通常相談・野口の郷ふれあい祭り
30日	日	休館日
31日	月	休館日

出張相談

◆小牧市役所

(事前にご予約下さい!)

7月18日(火)
時間: 13:00~16:00

場所: 小牧市役所本庁舎
2階・第2相談室
(予約がない場合は中止)

◆春日井ハローワーク

(予約不要です!)

7月13日(木)、27日(木)
時間: 10:00~16:00

場所: ハローワーク春日井
2階会議室

◆メンタル相談◆

面談予約をして頂ければ、
対応させていただきます。

※ 就労準備の所内作業は、可能であれば月の前半で行って下さい。(内職市場参加の条件となります)
※ 各種相談、セミナーは基本無料です。お気軽にお問合せ下さい。

◆お便り送付準備作業



7月27日(木) 時間: 10時 ~ 12時
 郵送物の準備作業をおこないます。主に、封筒への宛名ラベル貼り、封入物の折り、セロハンテープでの封入作業を行います。

◆農作業体験



毎週土曜日

はるサポ集合: 9時半 / 高蔵寺駅南口: 10時
 時間: 10時 ~ 12時
 場所: 高蔵寺玉野地区



汚れてもいい服装、靴、飲料水、タオル等を持参して下さい。

インフォメーション

◆職場見学・体験・実習



すぐ働くことに迷いや自信のなさを感じていれば、こうしたプログラムも活用してみましょう。
 (※詳細はスタッフまで)

☆新任挨拶

6月1日よりこちらで皆さんと一緒に歩み、お手伝いをさせていただくことになりました鈴木 正子と申します。
 『みんな違ってみんないい。』、『桜梅桃李』という言葉があります。桜は、桜。梅は、梅。それぞれの美しさと個性を持ち、あなたしかできないことがあり、あなただからできることがあります。
 人間は、発達の可能性のかたまり。あなたの存在そのものが尊く、ひとりひとりに価値があります。
 これから皆さんの中に潜んでいる可能性をここサポステで一緒に探していきましょう。
 ♪もともと特別なオンリーワン♪



◆野口の郷ふれあい祭りボランティア



日時: 平成29年7月29日(土) 10:00~15:00
 集合場所: 春日井若者サポートステーション

集合時間 9:00 内容: ポップコーン作り、
 出発時間 9:30 ヨーヨー・ボール釣り、
 解散時間 16:00 お絵かきなどの運営

就労準備

◆所内作業

所内で好きな日程、好きな時間で何時間でも作業ができます。(基本2時間以上)
 まずは「仕事をする」ことに慣れましょう。



◆ポスティング

7月11日(火)、12日(水)、13日(木)
 ※13日は予備日、11日~13日で終わることができれば、はるサポのチラシの配布。
 時間: 9時半 集合 ~ 12時半 頃解散

フリーペーパーをお届けする作業です。チラシの挟み込みもあります。
 みんなで一緒に楽しくやりましょう。



◆内職作業

7月19日(水) 20日(木) 21日(金)

時間: 9時半 集合 ~ 13時半 頃解散

内職場内作業です。都合により日時変更、及び中止する場合があります。その場合、はるサポ内での軽作業に切り替えます。
 内職市場内でスリッパが必要となります。
 忘れずに持参して下さい。

メンタル強化プログラム

講座名	内容	日時	時間
メンタル強化①	自分のサポートネットワークを考えてみよう!	7/7	13:30-15:00
メンタル強化②	私達ってなぜ疲れるの? セルフモニタリングを理解しよう!	7/12	10:00-11:30
メンタル強化③	皆持っている自動思考とスキーマについて理解しよう!	7/20	13:30-15:00
メンタル強化④	自分の中にある非合理的考えに気付いていこう!	7/26	13:30-15:00
メンタル強化⑤	もう一人の自分が観察するマインドフルネスを知っていこう!	8/3	次月記載
メンタル強化⑥	自分の助けになるコーピングを増やしていこう!	8/10	次月記載
メンタル強化⑦	コーピング日記を書こう!	8/18	次月記載
メンタル強化⑧	メンタル強化の①から⑦をおさらいしよう!	8/23	次月記載

人との関係づくり強化プログラム

講座名	内容	日時	時間
人間関係づくり①	人との関係作りで大切なことって何だろう?	7/6	10:30-12:00
人間関係づくり②	人それぞれに考え方、感じ方が違うことを知っていこう!	7/12	13:30-15:00
人間関係づくり③	それぞれの性格と価値観、世界と日本の一般常識	7/18	10:00-12:00
人間関係づくり④	人間関係って何故うまくいかないのだろう?	7/22	13:30-15:00
人間関係づくり⑤	共通事項を探してみよう!	7/25	10:30-12:00
人間関係づくり⑥	みんなで協力して旅行の計画を立ててみよう!	7/28	10:00-12:00
人間関係づくり⑦	自分のことを他の人に伝えてみよう!	8/2	次月記載
人間関係づくり⑧	人への対応の3パターン、アサーティブな伝え方を学ぼう!	8/8	次月記載
人間関係づくり⑨	人間関係の様々な人の経験から学んでみよう!	8/15	次月記載
人間関係づくり⑩	他の人のことを親身になって聴いてみよう!	8/18	次月記載
人間関係づくり⑪	こんな時あなたはどうしますか?	8/22	次月記載
人間関係づくり⑫	偉人の言葉から人生の様々なことを学んでいこう!	8/26	次月記載

(社会性)スキルアッププログラム

講座名	内容	日時	時間
社会性①	社会性ゲームで自分の社会性を見てみよう!	7/5	10:00-12:00
社会性②	社会人としてのビジネスマナーを身に付けよう!	7/19	13:30-15:00
社会性③	職場想定訓練で自分の社会性を身に付けよう!	8/23	次月記載

(パソコン)スキルアッププログラム

講座名	内容	日時	時間
PCワード①	ワードの基礎を学んでいこう!	7/4	10:00-12:00
PCワード②	ワードの初級①を学んでいこう!	7/7	10:00-12:00
PCエクセル①	エクセルの基礎を学んでいこう!	7/14	10:00-12:00
PCエクセル②	エクセルの初級①を学んでいこう!	7/26	10:00-12:00

以下のメニューは自由参加

※ストレス対応、ポスティング、内職、農作業、所内作業、職場体験、HW 見学会など

講座名	内容	日時	時間
ストレス対応	ストレスを受けないよう、うまく対応をしよう!	7/15	13:30-16:00
HW 見学会	HW でやっている事などを知り、検索の仕方も覚えよう!	7/20	14:00-16:30
ホンキの就職	自分の仕事力発見、就職に向けて様々な事を知る。応募活動	7/8,14,21日	10-16時

※HW 見学会・・・HW の求職申込を行っていない方は、当日までに求職申込書への記入が必要となります。

【お申込み・お問い合わせ】

春日井市中央通1丁目88番地 駅前第3共同ビル4階(JR中央線 春日井駅北口 徒歩すぐ)

春日井若者サポートステーション(受託団体:特定非営利活動法人ワーカーズコープ)

TEL 0568-37-1583 FAX 0568-37-1585 火曜~土曜 10時~17時

URL <http://harusapo.roukyou.gr.jp> Eメール harusapo@roukyou.gr.jp

※ 『はるサポたより』をEメールかFAXで欲しい方は、上記の連絡先にご一報ください。