

## ◆ はる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1時間）  
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. 各コースやプログラムを通しての支援（基本支援の面談とセットで行います）
  - メンタル力の強化  
自分を観察するセルフモニタリングやストレスへ対応するコーピングやマインドフルネスなど
  - 仕事をする上で求められる能力の向上  
仕事をするまでにパソコンの練習や社会性ゲームで自身の社会性を確認しましょう。
3. ジョブトレーニングと職場体験
  - 自身が仕事の感覚を身につけ、自身の自信につなげていきます  
所内作業（今回モノ作り所内作業も行います） 内職、ポスティング、職場見学・体験
4. 応募活動への支援  
書類の作成と添削、面接の練習（グループで実施する”みんなで面接練習”も行います）

## インフォメーション

### ◆ 職場見学・体験 説明会

1月30日（火）

時間：13時半～16時

すぐ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』をしてみましょう。  
『職場見学・体験』の実施に際して、説明会を開催します。自分の職に対しての知識の向上や、実際の職場を肌で感じてみる良い機会です、まず説明会だけでも参加してみましょう。



春サポ facebook

### はるサポブログ



最新情報は、はるサポホームページから。フェイスブックやアメブロもやっています。

### 【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](mailto: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。

# 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）



## 1月 はるサポスケジュール

2018年1月号

1日	月	休館日
2日	火	休館日
3日	水	休館日
4日	木	通常相談
5日	金	通常相談
6日	土	通常相談・農作業体験
7日	日	休館日
8日	月	休館日
9日	火	通常相談
10日	水	通常相談・ポスティング
11日	木	通常相談・ポスティング・HW 春日井出張相談
12日	金	通常相談・ポスティング
13日	土	通常相談・農作業体験・ストレス対応セミナー
14日	日	休館日
15日	月	休館日
16日	火	通常相談・HW 見学会・小牧市出張相談
17日	水	通常相談・PC(ワード)
18日	木	通常相談
19日	金	通常相談
20日	土	通常相談・農作業体験・伝達力セミナー
21日	日	休館日
22日	月	休館日
23日	火	通常相談・お便り送付準備作業
24日	水	通常相談・内職市場
25日	木	通常相談・内職市場・HW 春日井出張相談
26日	金	通常相談・内職市場
27日	土	通常相談・農作業体験
28日	日	休館日
29日	月	休館日
30日	火	通常相談・職場見学、体験説明会
31日	水	通常相談・PC(エクセル)

### 出張相談

#### ◆小牧市役所

（事前にご予約下さい！）

1月16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）

#### ◆ハローワーク春日井

（予約不要です！）

1月11日（木）、25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◆

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

※ 内職市場参加を予定されている方は、事前に所内作業を行って下さい。

※ 各種相談、プログラムは基本無料です。お気軽にお問合せ下さい。

## プログラム詳細内容



## ♪1月のプログラム・イベントのお知らせ♪ 参加申し込みは事前にスタッフと相談してください！ (事前予約制です)

### ◆ストレス対応

1月13日(土)

時間：13時半～16時

こんな時、あんな時、どういふ対応をしたらいいんだろう？  
ストレスと上手につき合う、ストレスを上手に回避する、  
そんな内容になっています。ストレス社会には必見の講座です！



### ◆伝達力セミナー

1月20日(土) 時間：13時半～16時

話す相手に、『正確に』『分かりやすく』『伝達する』方法を学べます。  
話の聞き方、質問の仕方など実際の職場や、面接、職場見学にも  
活用できる内容となっています。  
この機会に伝達するコツを掴んでみましょう。



### ◆ポスティング

1月10日(水)、11日(木)、12日(金)

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。

※12日は予備日、10日～11日で終えることが  
できれば、12日にはるサポのチラシの配布を行います。



### ◆内職市場

1月24日(水)、25日(木)、26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。

※内職市場参加を予定されている方は、  
事前に所内作業を行って下さい。

### ◆パソコン(ワード)

1月17日(水)

時間：10時～12時

仕事で使う、役に立つ！  
ワードの基本機能を学習します。  
何回でも受けることができます。

※面談の際に事前にお伝えいただければ、  
個人のレベルに応じて、タイピング練習、  
案内文の作成、チラシの作成等の個人対応  
も可能な限り対応させていただきます。



### ◆HW見学会

1月16日(火)

時間：13時集合～16時頃解散

ハローワークへ行ったことがない方、ハローワーク  
って何をどうすれば良いの？なんとなく行くのは気  
が引ける・・・等々の方々へおススメのプログラム。  
ハローワークの職員の方から求人現在の説明、  
求人側が採用したいと思う人とは、ハローワーク  
への登録など盛り沢山の内容となっています。  
※登録される方は、事前に登録用紙への記入を  
お願いいたしますのでその旨を支援員にお伝えください。



### ◆パソコン(エクセル)

1月31日(水)

時間：10時～12時

仕事で使う、役に立つ！  
エクセルの基本機能を学習します。  
何回でも受けることができます。

※中級編もございます、まずは基礎編を受講下さい。  
面談の際に事前にお伝えいただければ、  
個人対応も可能な限り対応させていただきます。



### ◆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。

時間を計って作業をすることで、自身の  
作業性を見つめ直す機会にもなりますよ。



### ◆お便り送付準備作業

1月23日(火)

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。

