

# サポステってどんなところ？

春日井若者サポートステーション（通称：はるサポ）は、働く事に踏み出したい若者たちとじっくり向き合い、本人やご家族の方々だけでは解決が難しい「働き出す力」を引き出し、「職場定着するまで」を全面的にバックアップしている厚生労働省委託の支援機関です。（ご利用は無料です！）

## 利用者の声

サポステ利用前に不安に思っていたこと

- 自分の気持ちや状況、希望をうまく伝えられるかな？
- どんな人がいるのかな？
- 働けるようになるのか不安。
- どんな活動してるのか分からなかった。



サポステに実際に来てみてどう感じた？

- 気さくに話を聞いてくれて、安心しました。
- いろんな話を聞いてもらえ、受け入れられていると感じた。
- 相談できたり、職場見学ができてよかった。
- ハローワークと違って、1対1で相談にのってもらえる。
- 働こうと前向きになれた。

自分自身のことを知っていこう③～はじめの一步～に参加

- 自分では意識してなかった自分らしさがある事を知った。自分の特徴の確認が少しできた。（令和元年9月7日）



自分自身のことを知っていこう④～交流分析～エゴグラムに参加

- 今のままだとやはり人間関係でストレスを感じやすいだろうと感じたから、少しずつできる範囲でエゴグラムを変化させていきたいと思った。（令和元年9月11日）



セミナー「笑顔で働くために～選択理論について～」に参加

- 変えられるのは自分と未来だけ、ということに気付いて良かった。（令和元年9月19日）



## 《お申し込み・お問い合わせ》

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）

〒486-0825 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すぐ）

TEL：0568-37-1583 FAX：0568-37-1585 開設時間：火曜～土曜 10時～17時

URL：<http://harusapo.roukyou.gr.jp> E-mail：[harusapo@roukyou.gr.jp](mailto:harusapo@roukyou.gr.jp)



春サポ facebook



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見てね！

# 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）

## 10月 はるサポスケジュール



## 2019年10月号

1日	火	通常相談
2日	水	通常相談
3日	木	通常相談
4日	金	通常相談・自分をコントロールしよう②
5日	土	通常相談
6日	日	休館日
7日	月	休館日
8日	火	通常相談
9日	水	通常相談・尾張旭市出張相談
10日	木	通常相談・HW 春日井出張相談
11日	金	通常相談・自分をコントロールしよう③
12日	土	通常相談・野口の郷ふれあい祭り
13日	日	休館日
14日	月	休館日
15日	火	振替休館日
16日	水	通常相談・仕事の準備を進めていこう①
17日	木	通常相談
18日	金	通常相談・内職市場
19日	土	通常相談・元サポステ利用者との懇談会
20日	日	休館日
21日	月	休館日
22日	火	祝日休館日 一即位礼正殿の儀一
23日	水	通常相談・瀬戸市出張相談
24日	木	通常相談・HW 春日井出張相談
25日	金	通常相談
26日	土	通常相談・仕事の準備を進めていこう②
27日	日	休館日
28日	月	休館日
29日	火	通常相談
30日	水	通常相談・瀬戸セミナー(皆と一緒に笑顔で過ごす)
31日	木	通常相談・仕事の準備を進めていこう③

## 出張相談

＜事前にご予約下さい！＞  
（予約がない場合は中止）

### ◆尾張旭市

ふるさとハローワーク  
10月9日（水）  
時間：13：00～16：00  
場所：尾張旭市ふるさとハローワーク

今月の小牧市役所  
15日の出張相談は  
**中止、要相談**

### ◆瀬戸市役所

10月23日（水）  
時間：13：00～16：00  
場所：瀬戸市役所2階相談室

### ◆ハローワーク瀬戸

日時、時間：随時予約制  
場所：ハローワーク瀬戸  
2階会議室

＜予約不要です！＞

### ●ハローワーク春日井

10月10日（木）、24日（木）  
時間：10：00～16：00  
場所：ハローワーク春日井  
2階・第6面談室

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

♪ 10月のプログラム・イベントの詳細のお知らせ♪  
**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)



ジョブトレーニング

●内職市場

10月18日(水) 時間: 9時20分集合 ~ 12時30分頃解散 (実習2時間)  
 内職作業のジョブトレーニングです。飲み物・スリッパのご持参をお願いします。  
 都合により日時変更や中止の場合もあります。  
 (その際はサポステ内での軽作業に切り替え)



●所内作業「軽作業」

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)  
 まずは「仕事をする」ことに慣れましょう。チラシ折りや簡単な事務作業のお手伝い、  
 PCデータ入力練習など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。



●所内作業「タオルたたみ」

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)  
 練習用のタオルを使って作業をします。たたむだけでなく、袋入れ、開け口を縛る等の  
 作業があります。いきなり長時間の仕事をすることに不安のある方は、まずはここから  
 始めてみませんか?



●職場見学・体験

・様々な企業において1~2週間、一日当たり4~5時間の職場体験を実施。

実習後は企業からの結果報告を参考に振り返りを実施。

実習後体験先企業へ就職される方もいらっしゃいます！



瀬戸市役所出張セミナー

●皆と一緒に笑顔で過ごす、楽しく自然に仲間づくり

10月30日(水) 時間: 12時45分サポステに集合~16時00分サポステで解散  
 パルティ瀬戸 第一会議室 13時半から行いますので、瀬戸在住等の方は直接参加下さい。  
 様々なゲームを一緒に行ったり、みんなでゲームを作ったりしながら  
 自然に楽しく仲間づくりができます。楽しいので参加してみませんか。

各種セミナー

◆自分をコントロールしよう②と③

10月4日(金) 11日(金) 時間: 13時30分 ~ 15時30分頃

自分を楽しくさせてくれること、癒してくれるコーピングをみんなで楽しく  
 発表し合い、また新たな自分のコーピングレパートリーを増やしていこう。日常的  
 にコーピング日誌をつけて、楽しく伝えあいながらコーピングを習慣にしていこう。

◆仕事の準備を進めていこう①~③

10月16日(水)、26日(土)、31日(木)、時間: 13時00分 ~ 16時00分

仕事の準備を進めていこう①~④は4回のシリーズで、就職活動や企業選びの仕方、  
 自分の特性やアピールなど、就職する上で知っておくべき様々なことをお伝えし、又  
 みんなで考え、みんなで助け合って、仕事に取り組んでいけるよう進めていきます。



◆今は就職している元サポステ利用者との懇談会

10月19日(土) 時間: 13時30分 ~ 15時00分

今は就職しているが、ここを利用していた時はどんな悩みを持っていて、  
 どんなふうにして就職していったのか、サポステがどのように役立ったのか  
 率直な思いを元利用者に聞いてみませんか。みんなのための語り場です。



インフォメーション

はるサポでは、他にもこんなプログラムがあります。お気軽にご相談下さい!

●野口の郷ふれあい祭り

老人施設の野口の郷で段ボールずもう、ミニ魚釣り、コロコロボールなど、参加  
 した子供たちに楽しんで頂きます。楽しくボランティアとして参加してみませんか。

●メンタル相談

心の悩みや不安に対処するためのカウンセリングも受けられます。

(相談費用無料 事前予約制)

●パソコンスキル(ワード、エクセル)の基本練習

いつでも体験できます。WordやExcelなどの基本練習をしてみませんか?

「パソコンの使い方が分からない」「スマホしか使えない」なんていう方にお勧めです。

エクセルやワードは、仕事に就く前に身に付けておくことをお勧めします。

●職業興味検査

パソコンによるキャリアインサイトやカードを活用した診断など、自身の  
 能力や興味から適職の診断ができます。診断結果についての助言も行います。

