

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。
- ・職場見学の後、職場体験ができてよかった。
- ・1対1の面談の中で何から進めて行けばいいのかが分かって嬉しかった。
- ・働こうと前向きになれた。

【セミナー】 自分らしい生き方をつくる認知行動療法

～30代女性～

自分自身と他者の認識がかなり違っていた。物事に対して、深く考えて認識の誤りを理解していきたい。

【セミナー】 JAIC 企業説明会

～30代女性～

今まで製造業や介護の仕事が具体的にどんな感じか想像出来なかったけど、説明を聞いて仕事に対する選択肢が広がった気がします。

【ジョブトレーニング】 墓地清掃

～30代男性～

久しぶりに汗をかいて、働いたという気持ちになれた。

《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



はるサポホームページのQRコードはこちら！



最新情報は、はるサポホームページから。ブログも見てね！

はるサポたより

2022年1月号

（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）



オンライン面談実施中

新型コロナウイルス感染症対策として、ZOOM等を用いたオンライン面談を取入れています。ご希望の方はスタッフまで声かけください。

1月 はるサポスケジュール

| | | |
|-----|---|---|
| 1日 | 土 | 休館日 |
| 2日 | 日 | 休館日 |
| 3日 | 月 | 休館日 |
| 4日 | 火 | 通常相談 |
| 5日 | 水 | 通常相談 |
| 6日 | 木 | 通常相談 |
| 7日 | 金 | 通常相談 |
| 8日 | 土 | 通常相談 |
| 9日 | 日 | 休館日 |
| 10日 | 月 | 休館日 |
| 11日 | 火 | 振替休館日 |
| 12日 | 水 | 通常相談・尾張旭市ふるさとHW出張相談 |
| 13日 | 木 | 通常相談・HW春日井出張相談・セミナー～笑顔で働く～目標や夢ってどうやって決める？ |
| 14日 | 金 | 通常相談・フードバンクボランティア |
| 15日 | 土 | 通常相談・サポステ内職 |
| 16日 | 日 | 休館日 |
| 17日 | 月 | 休館日 |
| 18日 | 火 | 通常相談 |
| 19日 | 水 | 通常相談・パーティ瀬戸出張相談・認知行動療法セミナー |
| 20日 | 木 | 通常相談・Let'sスポーツ |
| 21日 | 金 | 通常相談・小牧市出張相談・フードバンクボランティア・会社合同説明会 |
| 22日 | 土 | 通常相談・会社合同説明会・イラスト交流会 |
| 23日 | 日 | 休館日 |
| 24日 | 月 | 休館日 |
| 25日 | 火 | 通常相談・HW春日井出張相談 |
| 26日 | 水 | 通常相談・パーティ瀬戸出張相談・認知行動療法セミナー |
| 27日 | 木 | 通常相談 |
| 28日 | 金 | 通常相談・瀬戸コミュニケーションセミナー・フードバンクボランティア |
| 29日 | 土 | 通常相談 |
| 30日 | 日 | 休館日 |
| 31日 | 月 | 休館日 |

●臨床心理士のカウンセリングも実施しています。

※ 各種相談、プログラムは基本無料です。お気軽にお問い合わせ下さい。

※ 『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。

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

1月12日（水）

時間：13：30～16：30

場所：尾張旭市ふるさとハローワーク

◆小牧市役所

1月21日（金）

時間：13：30～16：30

場所：小牧市役所本庁舎

2階・第2相談室

◆パーティ瀬戸

1月19日（水）・26日（水）

時間：13：30～16：30

場所：パーティ瀬戸

3階家庭相談室

◆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

1月13日（木）25日（火）

時間：10：00～16：00

場所：ハローワーク春日井

はるサポのコロナ感染症対応について

- * 緊急事態宣言の発令時は、面談はオンラインや電話等で実施を基本としています。
- * 発令時以外も、面談はオンライン（ZOOM）や電話対応が可能です。ご希望の方はスタッフまで声掛け下さい。オンラインには、Wi-Fi環境が必要となります。
- * 来所される方がいる場合は、換気や人数制限等で三密を防いで行います。

- 毎朝施設全体の消毒と常時換気、面談ブース・PC等は使用毎に消毒しています。
- 来所時に、手指消毒・検温・マスク着用・体調をチェック表で確認・管理（スタッフも含む）しています。（来所前の検温、マスク着用のご協力をお願いします）

→ 体調不良の方（同居ご家族含む）は、スタッフに事前にご相談ください。

♪ 1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

● サポステ内職 密にならないよう配慮して実施します。

1月15日（土） 時間：13時～15時

ヤフーショッピングで実際に販売される商品を使って、商品の検品、梱包等を行います。手先の器用さに不安がある方や、軽作業系の仕事を考えている方は、モクモクと作業を行う練習になります。そして、皆さんが作業した商品は、ヤフーショッピングで販売されます！ 失敗しても大丈夫ですので、お気軽に参加してください。

● フードバンクボランティア 密にならないよう配慮して実施します。

1月14日（金）、21日（金）、28日（金）10:40～12:15頃
毎週金曜日に実施します（第1週目除く）。食べ物に困っている方にコストコのパンを届ける活動です。ボランティアしてみたい、社会に参加するきっかけが欲しいなど、関心のある方はスタッフまでお声かけ下さい。詳細は、所内掲示のチラシ参照。

● 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。

● 職場見学・体験 企業の受入れ可能な場合、個別に実施します。

様々な企業の中で気になった企業へ職場見学を行った後、1～2週間、一日あたり4～5時間の職場体験が可能です。実習後は企業からの結果報告を参考に振り返りを行います。
実習後体験先企業へ就職される方もいらっしゃいます！



『職場見学ツアー』
も随時開催しています。

各種セミナー

● ルクスセミナー ～笑顔で働く～目標や夢ってどうやって決める？

1月13日（木） 時間：13:30～15:00

2022年がスタートします。

皆さんは2022年の目標や叶えたい夢ってありますか？

そもそもみんな、目標や夢ってどんな風に決めているのでしょうか？

楽しくお話しを聞いて、目標や夢の見つけ方や決め方を知ってみましょう！

● 自分らしい生き方をつくる 認知行動療法セミナー

1月19日（水）時間：13:30～15:30、26日（水）時間：10:00～12:00

眠れない、起きれない、考えすぎ、イライラ、気力が...、ストレスフルな生活を変えて自分らしい生活をつくりませんか。認知行動療法は自分でできるストレス解消のための心理療法です。

● Let's スポーツ 卓球&バドミントン

1月20日（木） 時間：15:00～17:00 in 南部ふれあいセンター

サポステに14:20集合。現地に直接行ける人は、ロビーに14:50集合（要予約）

【持ち物】体育館内で履くシューズ、マイラケット、飲み物など

みんなで卓球やバドミントンを楽しんでみませんか？勝ち負け重視でなく、楽しむことが狙いなので、スポーツが苦手な人でも大丈夫。体がなまっているなあという人は、当日までに体を動かしておいてね。

● 会社合同説明会

1月21日（金）・22日（土） 時間：9:30～17:30 この日時の希望時間

愛知労働局主催、35歳未満の若年求職者を対象にした説明会が、対面の他にwebでも開催されます。

サポステに来てZOOMで参加してみませんか？愛知県の地元優良企業が60社出展予定です。

話を聞いてみたい企業の日時だけでもOK。企業担当者に直接質問も出来ますよ。詳しくはスタッフまで。

● サポステ交流会 <イラスト好きの会> *交流会は皆さんが中心となって活動をしています。

1月22日（土） 時間：10:00～11:30

イラスト好きが集まる会。今回は「正月にちなんだものを描く」です。食べ物でもキャラクターでもOKです！各自必要な道具はお持ち下さい。

● やってみよう！自分を大事にするコミュニケーションセミナー（瀬戸）

1月28日（金） 時間：14:00～16:00 場所：パルティセと マルチメディアルーム

相手のことも配慮しながら自分の思いをしっかりと伝えるコミュニケーションスキル（アサーション）について学びます。色々知らないことを「知って」、「やってみて」、身につけていきます。

インフォメーション

● メンタル相談・カウンセリング

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）

公認心理師・臨床心理士によるカウンセリングは、原則水曜日に実施しています。

ご希望の方はスタッフまで気軽にお声かけ下さい。

● 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。

