

## 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】 笑顔で働く～目標や夢ってどうやって決める？

～20代男性～

目標の立て方は考えたことがなくて、コツが知れてよかった。

【セミナー】 自分らしい生き方をつくる認知行動療法

～30代男性～

自分自身の自動思考が自分を苦しめていると感じた。適応思考に変えていくことで生活しやすくなる感じた。

## 《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](mailto: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2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。

### 2月 はるサポスケジュール

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
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・尾張旭市ふるさとHW出張相談
10日	木	通常相談・ストレス対応セミナー・HW春日井出張相談
11日	金	祝日休館日
12日	土	通常相談・イラスト交流会
13日	日	休館日
14日	月	休館日
15日	火	通常相談・作業適性をみよう！
16日	水	通常相談・パーティ瀬戸出張相談
17日	木	通常相談・Let'sスポーツ
18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
19日	土	通常相談・サポステ内職
20日	日	休館日
21日	月	休館日
22日	火	通常相談・みんなでコミュニケーション・HW春日井出張相談
23日	水	祝日休館日
24日	木	通常相談・パーティ瀬戸出張相談
25日	金	通常相談・フードバンクボランティア
26日	土	通常相談
27日	日	休館日
28日	月	休館日

### 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

2月9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

2月18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

2月16日（水）・24日（木）

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

2月10日（木）22日（火）

時間：10：00～16：00

場所：ハローワーク春日井

●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。

## 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の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。

- サポステ内は、換気や人数制限等で三密を防いでいます。
- 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。

\* 濃厚接触者の方（同居ご家族含む）は、来所をお控えください。

## ♪2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。

2月19日（土） 時間：10時～12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。

2月18日（金）、25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

● **ストレス対応セミナー**

2月10日（木） 時間：13:30～15:30

いつもストレスを溜めがちなお方におすすめ。こんな時、あんな時、どういう対応をしたらよかったんだろう？ストレスと上手につき合う、ストレスを上手に回避する、そんな方法を身につけて、少し楽になってみませんか。



● **みんなでコミュニケーション**

2月22日（火） 時間：13:30～15:30

コミュニケーションの“ツール”を使ってグループワークをします。人間関係で大切な事って何だろう？人との距離を近づけるにはどんなことが必要だろう？みんなで一緒に考え、ゲーム形式で学んでみよう。



● **作業適性をみよう！**

2月15日（火） 時間：13:30～15:30

一口に作業といっても、作業によって手先の器用さ、正確性、スピードなど求められるものは様々。実際にいろいろな作業をすることで、自分の得意な作業・苦手な作業を知ってみませんか？

● **Let's スポーツ 卓球&バドミントン**

2月17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。



● **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。

2月12日（土） 時間：14:00～15:30

イラスト好きが集まる会。今回は「なぞなぞ or クイズ or 質問の答えをイラストで描きあう」です。まったりと、ゆる～く、話しながら描きながら、一緒に楽しみましょう。



## 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。

