

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】 自分と他人との違いを知って、理解しよう

～30代女性～

今まで自分のいいところが分からなかったが、グループで話したり聞いたりしたら、自分の思っていなかったいいところを発見出来ました。

【セミナー】 認知行動療法

～20代男性～

自分の認知について見つめ直す機会になりました。

【セミナー】 笑顔で働くために～生活リズム

～20代女性～

生活リズムを整えることで、体調がよくなったり意欲が湧くことが分かった。

《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5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。

5月 はるサポスケジュール

1日	日	休館日
2日	月	休館日
3日	火	祝日休館日
4日	水	祝日休館日
5日	木	祝日休館日
6日	金	通常相談
7日	土	通常相談
8日	日	休館日
9日	月	休館日
10日	火	通常相談
11日	水	通常相談・パーティ瀬戸出張相談
12日	木	通常相談・HW春日井出張相談・コミュニケーションセミナー
13日	金	通常相談・サポステ内職・フードバンクボランティア
14日	土	通常相談・イラスト交流会
15日	日	休館日
16日	月	休館日
17日	火	通常相談・自分を変えたい人へのセミナー
18日	水	通常相談・尾張旭市ふるさとHW出張相談
19日	木	通常相談・人の話の聞き方セミナー
20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
21日	土	通常相談・ストレスセミナー
22日	日	休館日
23日	月	休館日
24日	火	通常相談・HW春日井出張相談
25日	水	通常相談・パーティ瀬戸出張相談
26日	木	通常相談・マナー講座
27日	金	通常相談・フードバンクボランティア
28日	土	通常相談・メモを取る練習SST
29日	日	休館日
30日	月	休館日
31日	月	通常相談

●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

5月18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

5月20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

5月11日（水）・25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

5月12日（木）24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。
- 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。
- ***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。**
- ***濃厚接触者の方は、来所をお控えください。**

♪5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。

5月13日（金） 時間：13時～15時

ポケットティッシュに入れるサポステのチラシ折り作業を行います。お手伝いいただける方募集！！
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には、モクモクと作業を行う練習にもなります。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。

5月13日（金）、20日（金）、27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、1日当たり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！**

各種セミナー

コミュニケーション

●私はこう思う、あなたはこう思う？

5月12日（木） 時間：13:00～15:00

あなたは自分の思いを人に伝えられますか？今日は仲間同士で、それぞれ自分の思う事について、安心の環境で『私はこう思う』という事を伝えあっていきたいと思えます。

自己理解、
自分への
気づき

●自分を变えたい人への33のものがたり

5月17日（火） 時間：13:30～15:00

「変わりたい」と思っているあなたへ。「変わりたいあなたへの33のものがたり」の本を通して、そのヒントと出会ってみませんか？

d-キャリア
来所による
セミナー

●人の話の聞き方を学ぼう

5月19日（木） 時間：13:30～15:00

皆さんは人の話をじっくりと聴けていますか？人と信頼関係を築くための話の聞き方をみんなで学んでいきましょう。

メンタル系
自己コント
ロール

●ストレスを減らそう

5月21日（土） 時間：13:30～15:00

働く上でストレスはつきもの。だったら振り回されるのではなく、うまく付き合っていきたいものです。あなたにも出来るストレスを減らせる方法を一緒に考えてみませんか？

社会性
マナー

●社会生活に役立つ基本マナー 第2弾

5月26日（木） 時間：13:30～15:00

4月に開催したマナーセミナーで皆さんから聞かせてもらった『こんな時どうしたら？』を集めてセミナーにします。職場訪問、家族関係、メールのマナーです！

ソーシャル
スキル
トレーニング

●職場での「こんな時どうする？」～メモを取る練習～

5月28日（木） 時間：13:30～15:00

はじめての業務を覚えてもらう時、電話で伝言を頼まれた時など、スムーズにメモをとれると仕事がしやすくなります。実際にメモをとる練習をしてみませんか？

●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。

5月14日（土） 時間：13:30～15:00

イラスト好きが集まる会。今回は「？」です。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。