# 第772575CE从稳定23?

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】 笑顔で働くために

~20 代女性~

自分が何を優先して何を大事にしているかが理解できた。



# 【セミナー】ボードゲーム体験会

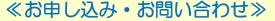
~30 代男性~

知らない人との交流やゲームをしてとても楽しかった。自分から話かけて交流できた。

【セミナー】 マインドフルネスセミナー

### ~20 代女性~

呼吸に意識を集中したり、音楽やお茶に集中したり、なかなか一人ではできないけれど セミナーという形で体験できてよかった。家で自分でもやってみようと思えた。



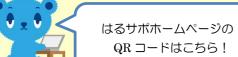


春日井若者サポートステーション(受託団体:特定非営利活動法人ワーカーズコープ)

〒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





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

# 2023年9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

# 9月 はるサポスケジュール

		9月 はるサポスケジュール
1 🖯	金	通常相談
2日	土	通常相談・ボードゲーム体験会
3⊟	В	休館日
48	月	休館日
5⊟	火	通常相談
6⊟	水	通常相談
7⊟	木	通常相談・カードゲームでコミュニケーション
8日	金	通常相談・フードバンクボランティア
9⊟	土	通常相談・フリートーク会
10日	В	休館日
11日	月	休館日
12日	火	通常相談・マインドフルネス
13⊟	水	通常相談・パルティ瀬戸
14日	木	通常相談•HW 春日井出張相談
15⊟	金	通常相談・フードバンクボランティア・小牧市役所
16⊟	土	通常相談
17日	В	休館日
18⊟	月	休館日
19⊟	火	休館日
20日	水	通常相談・尾張旭市ふるさとハローワーク
21日	木	通常相談・所内ジョブトレーニング
22日	金	通常相談・フードバンクボランティア・ルクス来所セミナー
23日	土	休館日
24日	В	休館日
25⊟	月	休館日
26⊟	火	通常相談・HW 春日井出張相談・自己 PR&伝え方セミナー
27⊟	水	通常相談・パルティ瀬戸
28⊟	木	通常相談
29日	金	通常相談・フードバンクボランティア
30⊟	土	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。

### <事前にご予約下さい!>

### ◆メンタル相談

| 毎週水曜日に実施(※要予約)

# ◆尾張旭市

ふるさとハローワーク

9月20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

9月15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

# ◆パルティ瀬戸

9月13、27日(水)

時間:13:30~16:30 場所:パルティ瀬戸 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

9月14日(木)26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策について

- \*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。
- 〇サポステ内は、換気や人数制限等で三密を防いでいます。
- 〇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。
- 〇来所時に、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。
- \*熱が37度以上出ている方や濃厚接触者の方は、来所をお控えください。

# ♪9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

### ●所内ジョブトレーニング 密にならないよう配慮して実施します

9月21日(木) 時間: 13時30分~15時00分

サポステ内でチラシ折り作業を行います。やりたいと思う方募集!! 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。

9月8(金)、15日(金)、22日(金)、29日(金) 10:40~12:15頃 毎週金曜日に実施します(第1週目除く)。食品ロスをなくすため、賞味期限の近い食品を 欲しい方に届ける活動です。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

### ●「ボードゲーム体験」

9月2日(土) 時間:13:00~15:00 ボードゲームを居場所の1つとして実施している団体から、ボードゲームについて聞き、 実際にみんなでボードゲームをやります。色々な種類があって楽しいですよ!

### コミュニケ ーション

### ●「カードゲームでコミュニケーション」

9月7日(木)時間:13:30~15:00

質問の書かれたカードを使って、みんなでコミュニケーションを楽しみましょう。 楽しい質問が多いですよ。雑談が苦手な人も安心して参加できます。



### メンタルへ ルス

### ●「マインドフルネス」

9月12日(火) 時間:13:30~15:00 マインドフルネスワークを体験しましょう" マインドフルネスに音楽を聴いたり、お菓子を食べたり・・・そんな 過去でもない、未来でもない「今」の自分とつながるワークを行います。

### ルクス来所 セミナー

### ●「自分で求めていることを言葉にしてみよう」

9月22日(金) 時間:13:30~15:00 何かを決める時、どんなことを基準にして決定していますか? 自分だけの基準を持つことで何のために何を選択するのか?を決められるようになります。他の人の基準も知り、自分のことを知っていくセミナーです。

### 自己理解

### ●「自己 PR&伝え方」

9月26日(火)時間:13:30~15:00 8月は自分の強みを発見するセミナーを開催しました。9月はその 強みをどのように伝えていくか学び、みんなで練習してみましょう。

# 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。(<u>相談費用無料 事前予約制</u>) 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。



利用者さんによる、利用者さんの為のフリートーク会です。どんな事でも自由に話したい事を話せる会です。話したい人、集まれ!!

### ●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。

