

## 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](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

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

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。

## 9月 はるサポスケジュール

1日	金	通常相談
2日	土	通常相談・ボードゲーム体験会
3日	日	休館日
4日	月	休館日
5日	火	通常相談
6日	水	通常相談
7日	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日	土	通常相談・フリートーク会
10日	日	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日	水	通常相談・パーティ瀬戸
14日	木	通常相談・HW春日井出張相談
15日	金	通常相談・フードバンクボランティア・小牧市役所
16日	土	通常相談
17日	日	休館日
18日	月	休館日
19日	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	日	休館日
25日	月	休館日
26日	火	通常相談・HW春日井出張相談・自己PR&伝え方セミナー
27日	水	通常相談・パーティ瀬戸
28日	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日	土	通常相談

## 出張相談

＜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

### ◆パーティ瀬戸

9月13、27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

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

●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。
- 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。**
- \* **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日（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。



メンタルヘルス

#### ●「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。（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。

#### ●フリートーク会 9月9日(土)

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。

