

# 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】 自分らしく働くために「企業が求める人材像」

～30代女性～

就職に向けて今の自分に足りない部分、そのためにどうしたらいいか考えるきっかけになり、とてもいい機会になりました。

### 【セミナー】 身体反応と気持ち

～20代男性～

客観的に「この反応が出ていたらどんな状態か」を見ることができののかなと思った。自分の感情のものさしのように今日の講座を活用したいと思いました。

### 【セミナー】

～20代女性～

交流の中でもイベントがあったり、雑談会があったりするの面白いなと思いました。

## 《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。プログラムも見てね!

# はるサポたより

2024年3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。

## 3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・フリートーク会
3日	日	休館日
4日	月	休館日
5日	火	通常相談・春日井・小牧合同企業説明会
6日	水	通常相談・キューピータマゴ職場見学
7日	木	通常相談・企業説明会(株)平山
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
10日	日	休館日
11日	月	休館日
12日	火	通常相談
13日	水	通常相談・パルティ瀬戸出張相談・極端な考え方に気づく
14日	木	通常相談・HW春日井出張相談
15日	金	通常相談・小牧市役所出張相談・フードバンクボランティア
16日	土	通常相談
17日	日	休館日
18日	月	休館日
19日	火	通常相談・カードでコミュニケーション・尾張旭市ふるさとHW
20日	水	祝日・春分の日
21日	木	通常相談
22日	金	通常相談・フードバンクボランティア
23日	土	通常相談
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
27日	水	通常相談・パルティ瀬戸出張相談・マインドフルネス
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・人に質問する練習
30日	土	通常相談
31日	日	休館日

## 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

3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

3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

3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

3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。

## はるサポの感染症対策について

- \*面談はオンライン（ZOOM）や電話対応が可能です。
- \*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。

## 3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

#### ●内職市場

3月21日（木）または 22日（どちらになるかまだ未定）  
時間：10時00分～12時00分 スリッパを持参してください。

#### ●フードバンクボランティア

3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。お買い物袋ご持参ください！

#### ●職場見学

3月6日（水） 9時サポステ集合 10:00～12:00 キューピータマゴ見学  
1時間見学後、質疑応答。

#### ●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！

### 春日井・小牧 合同企業説明会

合同企業説明会 場所：勝川ホテル 3月5日（火曜日）13：00～16：00

※直接現地の会場に集合。13:00に受付の所でサポステ職員がお待ちしています。

企業合同説明会に今まで一度も参加をしたことのない人など、いろいろな会社のブースがあって、企業さんから説明が聞けます。サポステの職員も一緒にいますので、一緒に参加してみませんか。

### 各種セミナー

#### 企業理解

#### ●「企業説明会、株式会社平山」

3月7日（木） 時間：13：30～15：00

いろんな仕事のある会社です。一般コースはゆっくりと成長したい方に最適、受け入れ入庫、加工、組み立て、検査、梱包、仕分け、出荷。瀬戸事業所はサラダお惣菜の製造名古屋市内から多治見事業所や三重県他様々な所があり研修制度、社宅制度もあります。

#### 自己理解

#### ●「自分の極端な考え方に気づく」

3月13日（水） 時間：13：30～15：00

何かの判断をするときに「白か黒か」というような二者択一的な考え方、極端な考え方になっていませんか。そういう考え方をしている自分に気づく機会になります。

#### コミュニケーション

#### ●「カードでコミュニケーション」

3月19日（火） 時間：13：00～15：00

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

#### ●「自分の体と繋がるセミナー」

3月27日（水） 時間：13：30～15：00

「～しなければいけない。」「もっとポジティブに考えなければ！」など『思考』にとらわれて自分の『体』を置き去りにしていませんか？ 自分の『体』は本当はどうしたいかを知っています。自分の体と繋がるワークを体験してみませんか？

#### コミュニケーション

#### ●「人に質問する練習をしよう！」

3月29日（金） 時間：13：30～15：00

人への対人技能訓練の一つとして、人に対してスムーズに質問していくための練習を良い例、悪い例を見ながら、みんなで楽しく練習をしていきましょう。

### 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 3月2日（土） 時間：13：00～15：00

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!!

#### ●職業興味検査と職業適性検査

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。また能力面からどのような仕事があるかの検査もあり、その結果の助言も行います。