

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】 ボードゲーム体験会

～30代女性～

ゲーム一つ一つにそれぞれのルールがあって、また違う楽しみ方があるのがびっくりしました。

【セミナー】 求人票の給与の見方

～40代男性～

給与の具体的な計算の仕方、一覧表を使うことなど知らなかった。

【セミナー】 自律神経セミナー

～20代男性～

今の自分がどの自律神経の状態なのか気づくことも必要だと思った。

《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

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

2024年7月号

（厚生労働省認定事業 受託団体：労働者協同組合ワーカーズコープセンター事業団）



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。

7月はるサポスケジュール

1日	月	休館日
2日	火	通常相談
3日	水	通常相談・心理セミナー
4日	木	通常相談
5日	金	通常相談
6日	土	通常相談・フリートーク会
7日	日	休館日
8日	月	休館日
9日	火	通常相談・自律神経セミナー
10日	水	通常相談・パーティ瀬戸出張相談
11日	木	通常相談・HW春日井出張相談
12日	金	通常相談・フードバンクボランティア
13日	土	通常相談・カードでコミュニケーション
14日	日	休館日
15日	月	休館日
16日	火	休館日
17日	水	通常相談・尾張旭市ふるさとHW出張相談
18日	木	通常相談・草むしりジョブトレ・シュレッダージョブトレ
19日	金	通常相談・コッポルトセミナー・小牧市役所出張相談・フードバンクボランティア
20日	土	通常相談
21日	日	休館日
22日	月	休館日
23日	火	通常相談・HW春日井出張相談
24日	水	通常相談
25日	木	通常相談・お金のセミナー・パーティ瀬戸出張相談
26日	金	通常相談・フードバンクボランティア
27日	土	通常相談
28日	日	休館日
29日	月	休館日
30日	火	通常相談
31日	水	通常相談 パルティ瀬戸セミナー

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

7月17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

7月19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

7月10、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

7月11日（木）、23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。

7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

7月の内職体験はお休みです。

●フードバンクボランティア

7月12日（金）、19日（金）、26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！



●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！**



有償ジョブトレ

7月18日（木曜日）9:45~12:30（作業時間は2時間）※サポステ9時集合

野口の郷での雑草整備作業、機械でかられた雑草の袋詰め。また手作業での雑草抜きなど。

7月18日（木曜日）13:30~16:30（作業時間は2時間）※サポステ12時45分集合

アシタル株式会社様の紙資料をシュレッターにかけていくジョブトレです！誰でも参加OK♪

各種セミナー

メンタルヘルス

●「やる気=モチベーションをつくる」

7月3日（水） 時間：13:30~15:00

「やる気がでない」と嘆いている方に。そのやる気って何？どうしたらでる？やる気を持続させるためにはどうしたらいいんだろう？など一緒に考えます。

メンタルヘルス

●「自立神経セミナー」

7月9日（火） 時間：13:30~15:00

自律神経が乱れると、「イライラする」「夜眠れない」などの心身の不調が出てしまいます。では、その自立神経を整えるにはどうすればいいのでしょうか。自律神経の仕組みを知って、それを整えるセルフケアを体験してみませんか？

コミュニケーション

●「カードでコミュニケーション」

7月13日（土） 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。



社会性を身につけるセミナー

●リフレーミングって何？「コルポートセミナー」

7月19日（金） 時間：13:30~15:00

物事のとらえ方の枠組み(フレーム)を外して違う視点から見てみるという事を学んでいきます。受け止め方って人それぞれですね、物事って色々な視点で見ているのでそれを通して適切な見方をしていければ心も軽くなります。一緒に考えませんか。

社会性を身につけるセミナー

●お金のセミナー「毎月のやりくりの方法を考えよう」

7月25日（木） 時間：13:30~15:00

毎月のお金のやりくりをサンプルプランと一緒に考えてみましょう。参加者で知恵を出し合って、赤字から脱却を目指しましょう。

コミュニケーション IN パルティ瀬戸

●やってみよう自分を大切にするコミュニケーション

7月31日（水） 時間：13:30~15:00

自分も相手の人も大切にするコミュニケーションで、人とのいい関係を作っていこう！1つ1つこんな時どう話をしたらいいかをみんなで考えていきます。

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 7月6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!!今回は、利用者さん同士で、フリートーク会のルール作り!



●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。また能力面からどういう仕事があるかの検査もあり、その結果の助言も行います。