

# 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】 自分の体と繋がる

～20代女性～

タッピングと体のかたさがとれているなということに気付いた。日常生活でも気が付いたときにやっていたいと思う。

### 【セミナー】 ボードゲーム体験会

～代男性～

ゲームだとコミュニケーションがとりやすい。

### 【セミナー】 マナーセミナー

～代男性～

言語よりも顔による感情表現の方が印象が強いことにおどろいた。

## 《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

2024年9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。

## 9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	通常相談
4日	水	通常相談・自分でできる認知行動セミナー
5日	木	通常相談
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・自分の気持ちを言葉で伝える
13日	金	通常相談・フードバンクボランティア
14日	土	通常相談
15日	日	休館日
16日	月	休館日
17日	火	休館日
18日	水	通常相談・尾張旭市ふるさとHW出張相談・自律神経セミナー
19日	木	通常相談・シュレッダー有償ジョブトレ
20日	金	通常相談・フードバンクボランティア・小牧市役所出張相談
21日	土	通常相談・カードでコミュニケーション
22日	日	休館日
23日	月	休館日
24日	火	休館日
25日	水	通常相談・パーティ瀬戸出張相談
26日	木	通常相談・草取り有償ジョブトレ
27日	金	通常相談・フードバンクボランティア・ビジネスシーン事例検討
28日	土	通常相談
29日	日	休館日
30日	月	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

9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

9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

9月11、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

9月12日（木）

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。**

## 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

● **所内作業によるジョブトレーニング** ポケットティッシュチラシ広告  
コツコツと作業をすることが好きな人、楽しくチラシ折りをしてみませんか。簡単な作業です。

### ●フードバンクボランティア

9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！

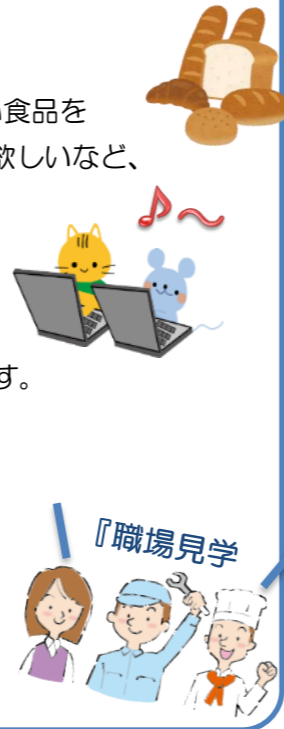
### ●パソコンスキル（ワード、エクセル）の基本練習

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

9月19日（木曜日）13：30～16：15（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♪

9月26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。

### 各種セミナー

メンタルヘルス

#### ●「自分でできる認知行動療法セミナー」

9月4日（水） 時間：13：30～15：00  
見方を変えると行動が変わる。行動が変わると人生が変わる。  
自分でできる認知行動療法を学びます。

コミュニケーション

#### ●「自分の気持ちを言葉で伝えるセミナー」

9月12日（木） 時間：13：30～15：00  
8月のセミナーにご参加いただいた利用者さんからのリクエスト企画です！  
質問されて答えがわからない時、何て言っているかわからない時、どんな風に  
自分の言葉を伝えたらよいのか、みんなで話ししながら考えるセミナーです。

メンタルヘルス

#### ●「自立神経セミナー」

9月18日（水） 時間：13：30～15：00  
”イライラ” ”不安” ”無気力” ”トラウマ” など悩みをこじらせがちではない  
ですか？そういう負の感情がどうしたらラクになるのか、自立神経の点から学んでみ  
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

9月21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。

職場での社会性、マナー

#### ●コルポートセミナー ビジネスシーン事例検討会

9月27日（金） 時間：13：30～15：00  
遅刻しそうといった時など、こんなときどうするシリーズ。職場での報連相など  
起こりそうなことについて、みんなでその対応について考えてみたいと思います。



### 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 9月7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!! 今回のテーマは、最近身近に起きた良かったことニュース。

#### ●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。

