

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】 マインドフルネス

～10代女性～

今の自分は、今の自分と向き合いたくないんだなと気付いた。

【セミナー】 ボードゲーム体験会

～30代男性～

ゲームは苦手分野だったけど楽しく遊べてよくできたゲームだった。

【セミナー】 笑顔で働くために～自由に生きる方法を知ろう

～40代男性～

分類整理に従って考え直したら自分の欲求や願望が具体的になった。

《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12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。

12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
5日	木	通常相談
6日	金	通常相談
7日	土	通常相談・利用者同士のフリートーク会
8日	日	休館日
9日	月	休館日
10日	火	通常相談・対話のセミナー
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
13日	金	通常相談・フードバンクボランティア・お金のセミナー
14日	土	通常相談
15日	日	休館日
16日	月	休館日
17日	火	通常相談・シュレッダージョブトレ
18日	水	通常相談・心理セミナー・尾張旭市ふるさとHW出張相談
19日	木	通常相談
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・ボードゲーム
22日	日	休館日
23日	月	休館日
24日	火	通常相談・HW春日井出張相談
25日	水	通常相談・パーティ瀬戸出張相談
26日	木	通常相談・ルクスセミナー
27日	金	通常相談・フードバンクボランティア
28日	土	通常相談
29日	日	休館日
30日	月	休館日
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

12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

12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

12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

12月12（木）、24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。**

12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

●フードバンクボランティア

12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、賞味期限になった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

12月 17日（火曜日）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

●「対話のセミナー」

12月10日（火） 時間：13：00～15：00
「こんなことを言ったらおかしいと思われないかな。」と自分の気持ちに蓋をして相手に同調ばかりしている場面は多いものです。安心・安全の場で、本当の自分の気持ちを話しても話さなくても良い「対話」を体験してみませんか？

社会性を身につけるセミナー

●「お金のセミナー 家計管理に挑戦しよう！」

12月13日（金） 時間：13：30～15：00
Bさんの生活費のやりくりと一緒に考えるワーク中心の内容です。何を優先するかは人それぞれ違うので、自分の大切な事を優先しつつ、やりくり上手を目指します。参加者で知恵を出し合って赤字から脱却しましょう。前回好評につき2回目です。

メンタルヘルス

●「風景を描く心理療法 - 風景構成法」

12月18日（水） 時間：13：30～15：00
芸術療法=絵画療法という心理療法のジャンルがあります
下手でもOK 風景を描いて自分の心を探る（道具あり）

コミュニケーション

●ボードゲーム体験会

12月21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の支援で、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！



外部講師セミナー

●ルクスセミナー 『笑顔で働く ～自分に気を遣ってみよう～』

12月26日（木） 時間：13：30～15：00
他人に気を遣いすぎる人へ。自分にも気を遣ってみよう！
自分より他人にばかり気を遣っている人へ。自分にも気を遣える方法を一緒に学ぼう

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 12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。