

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】 家計管理に挑戦しよう

～20代男性～

自分自身のものでなければ、割とお金について考えるのは楽しい

【セミナー】 人見知りを克服する

～20代男性～

自分の弱い所を見つけました。発見できたので良かったです。

【セミナー】 AI を使って好きなアニメの実写壁紙を作ろう

～20代女性～

自分が思ったよりたくさんの企業がジャンルごとに AI 生成ツールやサイトを作っていることを知れてよかった。知っていたらいざという時に色々使えそう。

《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11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。

11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
3日	日	休館日
4日	月	休暇日
5日	火	通常相談
6日	水	通常相談・心理セミナー
7日	木	通常相談
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・対話セミナー
13日	水	通常相談・パーティ瀬戸出張相談
14日	木	通常相談・春日井HW出張相談
15日	金	通常相談・フードバンクボランティア・小牧市役所出張相談・ココルポートセミナー
16日	土	通常相談・フリートーク会
17日	日	休館日
18日	月	休館日
19日	火	通常相談・マインドフルネス・シュレッタージョブトレ
20日	水	通常相談・尾張旭市ふるさとHW出張相談
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・カードセミナー
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・春日井HW出張相談
27日	水	通常相談・パーティ瀬戸出張相談・セミナー
28日	木	通常相談・草むしりジョブトレ
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

11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

11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

11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

11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。**

11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

11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！



●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

11月28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

11月19日（火曜日）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♪

各種セミナー

メンタルヘルス

●「自分の気持ちと身体の反応について考える」

11月6日（水） 時間：13：30～15：00

「涙」は身体反応のひとつ。でも悲しい時だけでなく辛い、悔しい、嬉しい時だって流れます。自分の身体反応に気づき、気持ちを見つめなおすと、新しい行動のきっかけになるかもしれません。

コミュニケーション

●「対話セミナー」

11月12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？

外部講師セミナー

●「ココルポートセミナー」自己分析のセミナー

11月15日（金） 時間：13：30～15：00

ワークを通じて自分の強みを知る。仕事で役立ちそうな自分の能力を知る。仕事で必要な強みを知る。そういった自分の強みを知っていくためのセミナーです。

メンタルヘルス

●「マインドフルネス」

11月19日（火） 時間：13：30～15：00

過去の失敗にとらわれたり、未来の心配が頭から離れなかったりすることはありませんか？マインドフルネスに音楽を聴いたり、みんなでゲームをしたり、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。

コミュニケーション

●「カードでコミュニケーション」

11月22日（金） 時間：13：30～15：30

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。



社会性を身に着けるセミナー

●「元新卒採用の面接官が教える、面接で熱意を伝える秘訣」

11月27日（水） 時間：13：30～15：30

みなさんは面接でどのように熱意を伝えたらよいと思いますか？
「第一希望です」「御社に貢献したいです」でしょうか。それも良いですね。
でも面接官は実はここで熱意を見るわけではないのです。そんな秘訣をお伝えします。

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 11月16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。