

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】カードでコミュニケーション

～20代女性～

説明をすることは、普段物を見て意識していなかったのが、気にして過ごしてみるのもいいなと思った。

【セミナー】上手いかわない自分を探索していきませんか

～20代女性～

自分自身を否定するのではなく、マイナスな感情・考えに至る原因に対し、対処していく事が大事であることがわかった。

【セミナー】セルフケア講座

～20代男性～

言語化することの大切さ、状態をチェックする事の大切さ、言語化することによって自分の調子の可視化に気づいた。

《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：労働者協同組合ワーカーズコープ・センター事業団）

〒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

2025年5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。

5月はるサポスケジュール

1日	木	通常相談
2日	金	通常相談
3日	土	通常相談
4日	日	休館日
5日	月	休館日
6日	火	休館日
7日	水	通常相談
8日	木	通常相談・HW 春日井出張相談
9日	金	通常相談・フードバンクボランティア・ルクスセミナー
10日	土	通常相談
11日	日	休館日
12日	月	休館日
13日	火	通常相談・カードでコミュニケーション
14日	水	通常相談
15日	木	通常相談
16日	金	通常相談・フードバンクボランティア
17日	土	通常相談・英語自習会
18日	日	休館日
19日	月	休館日
20日	火	通常相談・シュレッダージョブトレ
21日	水	通常相談
22日	木	通常相談・対話のセミナー
23日	金	通常相談・フードバンクボランティア
24日	土	通常相談
25日	日	休館日
26日	月	休館日
27日	火	通常相談・HW 春日井出張相談
28日	水	通常相談
29日	木	通常相談・真っ白からの就職活動セミナー
30日	金	通常相談・フードバンクボランティア
31日	土	通常相談・フリートーク会

●公認心理師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。

出張相談

＜事前にご予約下さい！＞

◆小牧市役所

5月16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

＜予約不要です！＞

●ハローワーク春日井

5月8日（木） 27日（火）
時間：10：00～16：00
場所：ハローワーク春日井

※ 『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。

4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

5月9日（金）、16日（金）、23日（金）、30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

5月19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

外部講師セ
ミナー

●ルクスセミナー『笑顔で働く』自分の価値観を知ろう

5月9日（金） 時間：13：30～15：00
自分が大切にしたい思いについて、言葉にできますか？
人に感謝されたい、何か物を作り上げたい、環境を大切にしたい…
仲間の価値観を知り、比較してみることで自分の価値観が見えてきます。



コミュニケ
ーション

●カードでコミュニケーション

5月13日（火） 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。雑談が苦手な人も安心して参加できます。

コミュニケ
ーション

●英語自習会

5月17日（土） 時間：10：00～12：00
1人だと続かない、何をしたらいいかわからない、会話相手が欲しい、教室に通うお
金がないなど英語を学びたい方に向けて自習会を開催します。見学もOKです。

コミュニケ
ーション

●「対話のセミナー」

5月22日（水） 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？

就活系

●「真っ白からの就職活動」セミナー

5月29日（木） 時間：13：30～15：00
就活って改めてどこから始めればよいのだろう…？
自分は今のあたりにいるんだろう…？ 今の自分の場所を知り、
自分に合った就活の進め方を知るセミナーです。

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）
公認心理師によるカウンセリングは、
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 5月31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。今回は「私のマイブームを教え合おう！」がテーマです。

●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。

