

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】職場での声掛け

～30代男性～

相手の立場で考えることも大事だと考えた。

【セミナー】ボードゲーム

～20代女性～

コミュニケーションやみんなでいる事が楽しい

【セミナー】気分転換セミナー「

～30代女性～

リラックスしながらゆったり呼吸しながら強い身体でストレッチするのは中々難しくもやりがいがあると思いました。

《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	火	通常相談
2日	水	通常相談
3日	木	通常相談・カードでコミュニケーション
4日	金	通常相談
5日	土	通常相談
6日	日	休館日
7日	月	休館日
8日	火	通常相談
9日	水	通常相談
10日	木	通常相談・HW 春日井出張相談
11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
12日	土	通常相談・フリートーク会
13日	日	休館日
14日	月	休館日
15日	火	通常相談・有償ジョブトレ
16日	水	通常相談
17日	木	通常相談
18日	金	通常相談・フードバンクボランティア・マインドフルネス
19日	土	通常相談
20日	日	休館日
21日	月	休館日
22日	火	通常相談・HW 春日井出張相談
23日	水	通常相談・対話のセミナー
24日	木	通常相談
25日	金	通常相談・フードバンクボランティア
26日	土	通常相談
27日	日	休館日
28日	月	休館日
29日	火	通常相談
30日	水	通常相談
31日	木	通常相談・自己理解セミナー

●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。

※ 『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。

出張相談

＜事前にご予約下さい！＞

◆小牧市役所

7月18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

7月10日（木）22日（火）
時間：10：00～16：00
場所：ハローワーク春日井

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

●フードバンクボランティア

7月11日（金）、18日（金）、25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！



●あいゆうデイサービス作業体験ボランティア

7月16日（水）13：30～15：50
デイサービスでのお仕事を体験できます。今回は、施設内のイベントの為に椅子を並べる、片付ける作業体験です。合間に、施設内のやぎに餌をあげたりも出来ます。身体を動かす作業体験をしてみたい方、是非ご参加下さい。



●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』

●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15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♪

自由な英語の会のお知らせ

7月12日（土曜日）10：00～11：30
5月に開催されて好評だった英語自習会を7月も開催します。予約なしの参加OK！入退室も自由です

春サポ内会社説明会

7月25日（金曜日）13：30～15：00「株式会社インスピリット」パチンコ・パチスロの企画演出・設計
未経験歓迎、研修あり。興味のある方は、ご参加下さい。

各種セミナー

コミュニケーション

●カードでコミュニケーション

7月3日（木） 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。



外部講師セミナー

●ルクスセミナー「自己肯定感について」

7月11日（金） 時間：13：30～15：00
自己肯定感ってよく耳にする言葉ですね。『自己肯定感を感じるために必要な5つのこと』などをルクスキャリアセンターの高木さんが面白くお話しして下さるセミナーです。

メンタルヘルス

●マインドフルネスセミナー

7月18日（金） 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、お菓子を食ったり・・・
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

●対話のセミナー

7月23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？

働く準備

●「自己理解」について

7月31日（木） 時間：13：30～15：00
自己理解ってなに？お仕事にはどうつながるの？日頃の生活にも活かせるの？などなど、「自己理解」の意味や意義を学びながら、「自己理解」を深めるツールについてご紹介♪ 当日、実際にツールを使って、自己理解の実際にも少し触れ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 7月12日（土） 時間：13：00～15：00

利用者さんによる、利用者さんのため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「春日井市周辺でおススメのお店」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。

