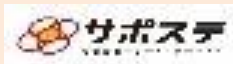


あゆむくん通信

ちば北総地域若者サポートステーション
〒286-0044
千葉県成田市不動ヶ岡1113-1 成田市勤労会館2F

TEL: 0476-24-7880
FAX: 0476-37-6845



令和2年1月20日
第1版 発行

サポステからのお知らせ-①

新型コロナウイルス感染予防対策の徹底のお願い

サポステを利用される方は 以下の注意事項をよく読んで来所・利用してください！

- ①来所前に 自宅で必ず検温を行い利用管理表に体温を記入してください。体温が37度以上ある場合は **利用できません**。自宅で検温されていない方は サポステにて検温して頂きます。
- ②咳や頭痛等 風邪の症状や体調不良の場合は利用を控えてください。
- ③来所時は マスクを必ず着用してください。必要な時以外に マスクを外して会話する事はしないでください。
- ④利用時は **手洗いをするか消毒液で手指を消毒**してください。
- ⑤利用した イス・机・パソコン・スリッパなどは**除菌シート**で拭いてください。

みなさんが 安全・安心にサポステが利用できるようにご協力をお願いします！！

サポステからのお知らせ-②

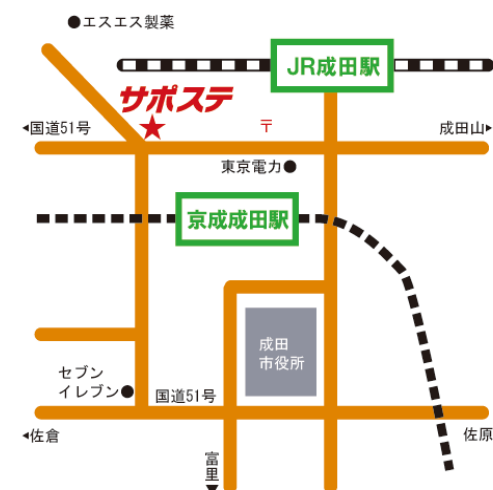
緊急事態宣言が2月7日まで発令されていますが コロナウイルス感染拡大状況・緊急事態宣言が延長になった場合は 面談・講座を中止または延期する可能性があります。その場合には ブログで内容の報告を行いますので各自確認をお願いします。また 電話やメールでの問い合わせも可能です。

講座参加者の定員は 4名とします。定員に達した時点で参加者受付は締め切ります。参加申し込みについては **コミュニティスペースのホワイトボードに記名いただくか 電話またはメールで前日までに申し込みを行ってください。記名が無かったり 申し込みが無い場合には参加できませんのでご了承ください。**

サポステ農園だより

今季はとっても寒さが厳しいです。畑の土も凍っていて 鍬がなかなか入らない。なんて日も多いです。それでも少しずつ すこ〜少しずつ野菜たちは育っています★

今回は蓮根のお話。蓮の根と書いてレンコン。こうみると 根っこを食べていると思いがちですが 実は茎なんですよ！泥の中で育つレンコンは 空気を取り込むために葉を長く伸ばして取り込みます。そのために 茎の部分にもたくさんの穴が開き空気を送っているそうです。また レンコンの穴は先が見通せるとのことです。お正月料理にも使われています。今がレンコンの旬ですよ〜♪

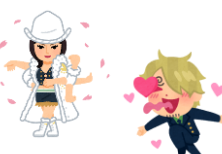


〒286-0044
千葉県成田市不動ヶ岡1113-1
成田市勤労会館内2F
TEL: 0476-24-7880
Email: hyss@hokusou-saposute.jpn.org

開所時間 10:00~17:00
開館日 月~金(祝日除く)

HP→<http://hokusou-saposute.jpn.org>

最新の情報はブログでお知らせ！



HPをCheck!!





スケジュール



イベント・講座	内容
仕事力発見ワークショップ	グループワークを通して、自分の仕事力(強み)を具体的なエピソードとして伝えられるように取り組んでいきましょう!!(自己PRがうまく書けない人参加しましょう。)
ホンキの就職	悩む者同士、みんなで就職への一歩を踏み出してみませんか? 全4日間で応募まで目指します!
1分間スピーチワークショップ(面接対策)	1分間スピーチは、就職面接と同じで、その場で出されたテーマに臨機応変に答える対応力が求められます。練習で慣れておけば面接本番も怖くない!!
ハローワーク出張相談	月1回。サポステスタッフが、ハローワーク成田にて出張相談をしています。ハロワの使い方等、ご希望に応じて対応します。(原則予約制)
ご家族向け講座(かぞく面談)	ご本人だけではなく、ご家族も悩みを抱えて過ごされているかと思えます。ご家族のお話を伺い、悩みを少しでも軽減していくための講座です。(予約制)
女子力UP講座	女性向けの講座です。就活・就職に向け 女子力をUPする為の講座です。毎回 テーマを変えて行います。今回は 料理について学びます!
▼ 体験	
物流会社 職場体験	物流会社にて、箱の組み立てやラベル貼り等の軽作業体験が出来ます。(成田市) 毎週金曜日 10:00~16:00 定員3名(自力で行ける方は2名) ※詳細はスタッフ迄
ボランティア体験	ケアハウス内の清掃、イベントのポップ作り、書類整理等を行います。 毎週 月曜、水曜、金曜 10:00~12:00 東総園(旭市) ※詳しくはスタッフへ
プチ運動	毎週水曜日10:00~12:00軽い運動をします。散歩に行ったり、体操したり。。その日によってメニューが変わります。体動かしてリフレッシュしましょう!
農業体験	農園に行き野菜を育てています。参加者が素人なので各野菜について調べながら育て、計画を立て進めています。収穫した野菜はみんなで料理して食べたりもしています!
職場見学説明会	今までの見学先や、新たに見学のできる職場の紹介、内容を説明します。心構え等もお話させていただきます。職場見学の申込みも受け付けます。 ※現在中止
▼ コミュニケーション講座	
創作deコミュニケーション	創作活動(イラスト、マンガ、アニメ、ゲーム等)を行う人たちが集い、創作活動を通じてコミュニケーションを行うことを目的とした講座です。
WELCOMEサポステ講座	サポステでのマナー、使い方等 初めてサポステに来る方やお久しぶりの方を対象にしています♪改めて知りたい方も参加できますよ~(・∀・)ノ
ニュースを知ろう	新聞やネットで気になる記事を見つけ、みんなと意見や感想を話し合います。参加者が多い時にはテーマを決め、そのテーマについて話し合うことも!
FREETーク	テーマは自由! 好きなもの、趣味、気になっていること。。。なんでも話せる場所です。3名以上の参加で 開催します!
▼ スキルアップ講座	
ペン字講座(第2金曜日12:00~)	丁寧に書くと、自然に「キレイな字」に見えるちゃう♪必要なのはボールペンのみ! 履歴書作成にも☆お気軽にご参加ください!
英語講座(水曜15:00~)	テキストや写真を使って英文を作る講座です。水曜15:00スタートです。分かりやすく楽しいですよ^^みなさん、お気軽にご参加ください☆
PC教室(定員5名)(木曜 13:00~)	PCの基本操作やワード、エクセルなどを学びます。パワーポイント作成もできますよ! 初心者の方にも講師が一から教えます^^完全予約制です。

日	月	火	水	木	金	土
1/31	1 ◆ダーツ講座 13:00~14:00 ※心理相談日 13:00~16:00	2	3 □プチ運動 10:00~12:00 ※心理講座 13:00~14:00	4 ★PC教室 13:00~14:00	5	6
	銚子市出張相談	香取市(小)出張相談		富里市出張相談		
7	8 ●農業体験 10:00~12:00 ◆ダーツ講座 13:00~14:00 ※心理相談日 13:00~16:00	9	10 □プチ運動 10:00~12:00 ★PC教室 13:00~14:00	11	12 ◎職場体験 10:00~16:00 ◎ペン字講座 12:00~14:00	13
		香取市(佐)出張相談	酒々井町出張相談		多古町出張相談	
14	15 ●農業体験 10:00~12:00 ◆ダーツ講座 13:00~14:00 ※心理相談日 13:00~16:00	16 ○創作deコミュ 11:00~12:00 ○かぞく面談 14:00~16:00	17 ▲スポーツ体験 10:00~12:00 ※心理講座 13:00~14:00	18 ★PC教室 13:00~14:00	19 ◎職場体験 10:00~16:00	20
	銚子市出張相談 佐倉市出張相談	香取市(小)出張相談 匝瑳市出張相談	東庄町出張相談	栄町出張相談	芝山町出張相談 ハローワーク成田	
21	22 ●農業体験 10:00~12:00 ◆ダーツ講座 13:00~14:00 ※心理相談日 13:00~16:00	23	24 □プチ運動 10:00~12:00	25 ★PC教室 13:00~14:00	26 ◎職場体験 10:00~16:00	27
			神崎町出張相談	印西市出張相談	旭市出張相談	
28	3/1 ●農業体験 10:00~12:00 ◆ダーツ講座 13:00~14:00 ※心理相談日 13:00~16:00	2	3 □プチ運動 10:00~12:00	4 ★PC教室 13:00~14:00	5 ◎職場体験 10:00~16:00	6
	銚子市出張相談	香取市(小)出張相談				

コロナウイルス感染予防の観点から 原則講座の参加者を4名までとします。(例外有)
前日までに 参加希望予約を必ずお願いします。コミュニティスペースホワイトボードに記名をお願いします。

※活動に参加したい方は、事前にご予約をお願いします。(原則前日までにスタッフへ連絡)
※都合によりスケジュールが変更になる場合があります。ブログにてお知らせしますので、HPよりご確認下さい。

