

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3年4月28日
第2版 発行

サポステからのお知らせ

コロナウイルス感染防止として 引き続き以下の内容で対策を行います。 北総サポステを利用される皆さんは徹底をお願いします。

- ①来所前に自宅で検温：37度以上の場合利用できません
 - ②健康状態の確認：咳、鼻水、倦怠感等ある場合はキャンセルを
 - ③マスク着用
 - ④来所時に手洗い、手指消毒を必ずしてください
 - ⑤使ったものをきれいにしてから退室をしてください
- みんなが安心して利用できるように 協力をお願いします！

講座に参加される場合は 以下の内容で予約してください。

- ・前日18時までに 電話またはメールで連絡をお願いします。
- ・前日が 土日祝祭日の場合は前々日までに連絡をお願いします。
- ・当日 参加希望の場合は電話でのみ参加を受け付けます。
- ・キャンセルの場合は 早めに連絡をお願いします。
- ・自宅で検温、体調チェックを行い 熱がないこと、体調がいい場合でのみ参加してください。

スケジュールに記載されている内容は 場合により変更になる可能性があります。 その場合には ブログ・コミュニティスペースにてご連絡しますので 確認をお願いします。

相談員のつぶやき

例年だったら ひな祭りにお花見など利用者の皆さんがあつまり ワイワイ楽しくできるイベントを開催していましたが コロナの影響があり今年も断念することになりました。 去年の今頃は『来年には治まってるかな?』なんて考えていましたが 甘かったようです... コロナは変異株になり更にパワーアップしているような気がします(泣) 1日でも早く収束できるように みんなが努力することが大切です！

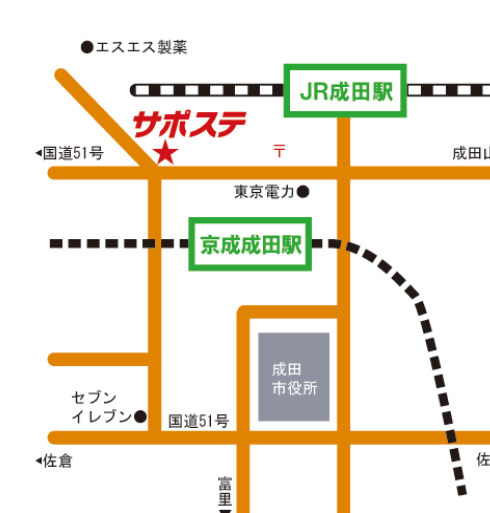
感染しないためには 家に閉じこもるのが一番！なんて考えもあるかもしれませんが 適度に運動し・太陽の光をあびて・好き嫌いしないで食事をする・規則正しい生活をするのが 一番いい方法だと思います。 サポステをうまく活用して 免疫力UPしてつよい体を作りましょう！

サポステ農園だより

農園にも春が訪れました～★ 農業体験で畑に行ったとき 空模様はあいにくでしたが 距離を保ちお花見しました。 お花見と言っても 桜の樹の下から眺めみたり 写真を撮ってみたり。 思い思いに桜を堪能しました♪ 桜はとってもキレイでした♪

桜の写真です♪白黒なので色味はわかりませんが 雰囲気楽しんでください(・へ・;)

農業体験では参加者募集しています。 希望の方は 相談員まで連絡くださいね～♪



〒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!!



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! ※希望者は声がけてください
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面談です。(予約制・3組迄)
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。 休止中
▼ 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! 定員4名
スポーツ体験	第3水曜日の10:00~12:00迄(日程変更も有)グラウンドを借りてスポーツをします。主に野球・キャッチボールですが 初心者さんにも丁寧に教えますよ★
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。定員4名(自力で農園に行ける方は含みません)
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頂きます。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!
▼ スキルアップ講座	
ペン字講座(第2金曜日13:00~)	丁寧に書くと、自然に「キレイな字」に見えちゃう♪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!
ダーツ講座(月曜13:00~)	世界大会も開催されるほど人気のダーツ。集中力アップにもつながりますよ。初心者の方には ルール等丁寧に教えますよ!
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ーから教えますよ~完全予約制です。

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。

※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よりご確認ください。

日	月	火	水	木	金	土
2 映画会 14:00	3	4	5	6 ★PC教室 13:00~14:00	7 ◎職場体験 10:00~16:00	5/1・ /8
9	10 ●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	11 ■まちあるき 10:00~12:00 →雨天時:ゲーム	12 □プチ運動 10:00~12:00 ※心理講座 13:00~14:00	13 ★PC教室 13:00~14:00	14 ◎職場体験 10:00~16:00 ◎ペン字講座 13:00~15:00	15
	銚子市出張相談	香取市(佐)出張 相談	酒々井町出張相談	富里市出張相談	多古町出張相談	
16	17 ●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	18 ○創作deコミュ 11:00~12:00 ○かぞく会 13:00~15:00	19 ※心理講座 13:00~14:00	20 ◆1分間スピーチ 11:00~12:00 ★PC教室 13:00~14:00 ▲スポーツ体験 13:00~15:00	21 ◎職場体験 10:00~16:00	22
	銚子市出張相談	香取市(小)出張相談 佐倉市出張相談	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	
23	24 ●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	25 ◆仕事力発見ワーク 11:00~12:00 ◇社会科見学 10:00~12:00 (寺院見学) →雨天時:ゲーム	26 □プチ運動 10:00~12:00 ※心理講座 13:00~14:00	27 ◆ニュースを知ろう 11:00~12:00 ★PC教室 13:00~14:00	28 ◎職場体験 10:00~16:00	29
		香取市(佐)出張相談 匝瑳市出張相談	神崎町出張相談	印西市出張相談	旭市出張相談	
30	31 ●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	6/1 ■まちあるき 10:00~12:00 →雨天時:ゲーム	2 □プチ運動 10:00~12:00 ※心理講座 13:00~14:00	3 ★PC教室 13:00~14:00	4 ◎職場体験 10:00~16:00	5
		香取市(小)出張 相談				