

# 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



平成29年4月19日  
第1版 発行

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

## 母の日

2017年の母の日は5月14日です。  
5月の第2日曜日にアメリカのアンナという女性が亡き母を思い教会でカーネーションを配ったところから、お母さんに感謝を伝える日として世界的に広まった母の日。

今年はいつだっけ？何をあげよう？  
と考えているうちに母の日が過ぎていた・・・という方も多いのでは。

日頃の感謝を込めてプレゼントを贈ってみてはいかがでしょうか。

## 新コミュニケーション講座「ダーツ」

「ダーツ」ってなに？ 遊び？ ゲーム？ 実は「メンタルスポーツ」という立派なスポーツです。

アーチェリーやライフルと同じように精神力、集中力で得点を競います。  
地方の大会から世界大会へとプレイヤーたちは練習に励んでいます。

でも心配御無用。ウェアも道具も身体能力も不要です。

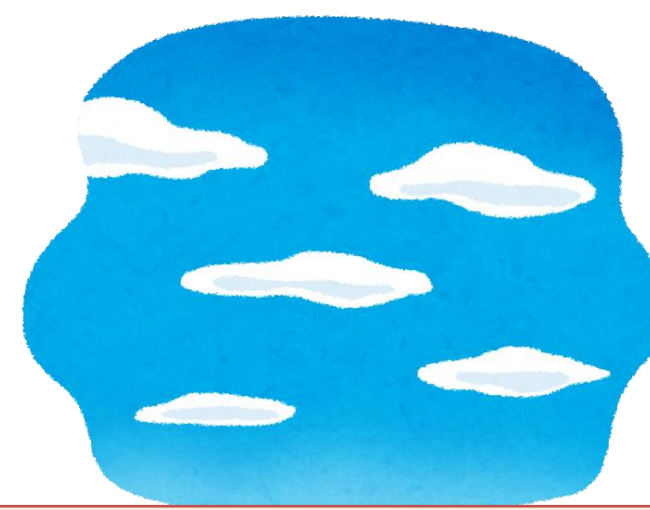
しかも、アーチェリーもライフルも「ダーツ」も経験している相談員がいますので、一から、ゆっくりと楽しくやりましょう。

「ダーツ」は精神力や集中力をきたえてくれます。

矢を放つ直前、雑念も不安も無く、あなたのねらった的めがけてまっすぐに飛んでいきます。とっても面白いですよ！！

毎週 水曜日 13時～14時

場 所 サポステ コミュニティスペース



## 香取市出張相談の場所が変わりました

毎週火曜日に開催されている香取市出張相談ですが、5月から、相談場所が変わります。

下記三箇所のうち、いずれかで行います。

- ・佐原中央公民館 第1研修室
- ・佐原中央公民館 第2研修室
- ・いぶき館 3階和室

5月は、下記の場所で行われます。

- 2日、30日→佐原中央公民館 第2研修室
- 9日、16日、23日→いぶき館 3階和室

※詳しくはスタッフにお問い合わせ下さい。



〒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.jp](mailto:hyss@hokusou-saposute.jp)

開所時間 10:00～18:00  
開館日 月～金(祝日除く)  
対象年齢 概ね15～39歳

HP→<http://hokusou-saposute.jp>  
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
東総の集い	東総地域で開催している東総の集い。1月は銚子で開催！ 自立支援講演、ワークショップの2本立てです。また開催する際にはお知らせします。
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！！
サポステ利用方法	27年度からサポステ・コミュニティスペースの利用方法が変更になりました。まだ参加したことない方はご参加をお願いします。
ハローワーク出張相談	月1回。ハローワーク職員さんの、出張相談会です。1人50分の就労相談です。相談したい方は、サポステスタッフまでご予約を！（成田市勤労会館）
ご家族向け講座	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います。少しでも悩みが軽減できるよう、一緒に講座を作り上げていきたいです。
<b>▼ 体験</b>	
製菓工場 職場体験	和・洋菓子を製造している工場にて、パック詰めの補助作業体験ができます。工場内の軽作業に興味がある方、スタッフまでご相談ください。（茨城・神栖）
工務店 職場体験(有償)	屋根修理、太陽光パネル設置、土木作業、清掃など(成田市内) ※詳細は、スタッフまで。
コンビニ 職場体験	セブン・イレブンにて貴重なコンビニの職場体験ができます！ まずは品出しや清掃から始められる！（成田市、香取市内）※詳細は、スタッフまで。
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
井戸掘り&建築作業体験	井戸掘り、大工仕事など色々体験できます！運動不足の方はぜひ！ 昼食持参 ※詳しくはスタッフまで(成田市名古屋)
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！
<b>▼ コミュニケーション講座</b>	
ゆるトーク	自由に会話やトランプなどをする時間です！基本的に自由参加ですがスタッフが参加し、コミュニケーション講座をすることもあります。 コミュニケーションが苦手という方も気楽に参加してください！
集中力を身につけよう(ダーツ)	世界大会まであるダーツ。初めての方にも丁寧にお教えます。 スタッフも大好きな種目です。一緒に楽しみましょう！ 毎週水曜日13:00～14:00
<b>▼ スキルアップ講座</b>	
ペン字講座(月1回。月曜13:00～)	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。9月から水曜15:00スタートです。お間違えなく！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)(金曜 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。
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！

※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。

日	月	火	水	木	金	土
4/30	5/1 ●農業体験 10:00～12:00 ●東総園ボラ 10:00～12:00	2	3	4	5	6
		香取市(佐)出張相談				
7	8 ●農業体験 10:00～12:00 ●東総園ボラ 10:00～12:00 ◎ペン字講座 13:00～15:00	9 ○ホンキの就職 13:00～17:30	10 ●東総園ボラ 10:00～12:00 ○ダーツ講座 13:00～14:00 ☆英語講座 15:00～16:00	11 ○家族向け講座 13:00～15:00	12 ●東総園ボラ 10:00～12:00 ★PC教室 11:00～12:00 ○ホンキの就職 13:00～17:30	13
		香取市(小)出張相談 佐倉市出張相談	酒々井町出張相談	富里市出張相談	多古町出張相談	
14	15 ●農業体験 10:00～12:00 ●東総園ボラ 10:00～12:00	16 ○ホンキの就職 13:00～17:30	17 ●東総園ボラ 10:00～12:00 ○ダーツ講座 13:00～14:00 ☆英語講座 15:00～16:00	18 ニュースを知ろう 13:00～14:00	19 ●東総園ボラ 10:00～12:00 ★PC教室 11:00～12:00 ○ホンキの就職 13:00～17:30	20
	銚子市出張相談	香取市(小)出張相談	東庄町出張相談	栄町出張相談	芝山町出張相談	
21	22 ●農業体験 10:00～12:00 ●東総園ボラ 10:00～12:00	23 ○1分間スピーチ ワークショップ 13:00～15:00	24 ●東総園ボラ 10:00～12:00 ○ダーツ講座 13:00～14:00 ☆英語講座 15:00～16:00	25 ○家族向け講座 13:00～15:00 ◇ハローワーク 出張相談 13:00～16:00	26 ●東総園ボラ 10:00～12:00 ★PC教室 13:00～14:00	27
		香取市(小)出張相談 匝瑳市出張相談	印西市出張相談 神崎町出張相談		旭市出張相談 ハローワーク成田	
28	29 ●農業体験 10:00～12:00 ●東総園ボラ 10:00～12:00	30	31 ●東総園ボラ 10:00～12:00 ○ダーツ講座 13:00～14:00 ☆英語講座 15:00～16:00	6/1	2 ●東総園ボラ 10:00～12:00 ★PC教室 13:00～14:00	3
		香取市(佐)出張相談				