

# 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6月13日  
第1版 発行

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



## 七夕そうめん

七夕の行事食はそうめん。  
暑さで食欲が減退するこの時期にぴったりです。  
そうめんを茹でたら、そうめんを天の川に見たて、七夕にちなんだトッピングをするのも素敵です。  
夏野菜のオクラは、輪切りにすると切り口が星の形になって七夕にピッタリ。  
人参やきゅうりなどを星形の抜き型で抜いて散りばめると、色とりどりの星がきらめく天の川のできあがりです。  
織姫と彦星に見立てて、ハムやかまぼこなどを添えてもおいしく楽しく食べられます。笹を飾ると風流で、食欲もそそります。



## 農業体験

桜満開だった農園で花見がてらの作業から  
今はたくさんの野菜が植えられました。

かわいいミニトマトが実になって！！  
ジャガイモがまもなく収穫できます。  
ナスも実をつけ始め、  
他には、ピーマン・オクラ・さつまいも・しそ等々  
収穫が楽しみ～！！な農業講座です。

除草大好きS君、良く気がつくI君、作業上手なI君、  
さらに個性豊かなmen!men!が  
皆さんの参加を今や遅しと待ってまーす！

さわやかな青空の下、農業やってみませんか。



## TRPG 再開！

しばらく休止していた、コミュニケーション講座「TRPG」が再開します！！

TRPGは、おしゃべりをしたり、サイコロを振ったりしながら、  
異世界の冒険を楽しむゲームです。

7月24日(月)13時～15時(キャラクター作り)  
7月31日(月)12時～16時(ゲーム実施)  
2日セットでの開催です。

ゲームやイラストが好きな方に特にオススメ！  
ぜひ参加してみてください！  
見学也大歓迎です☆



〒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！！
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) ※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！
TRPG	スゴロクのようにサイコロを振って、テーブル上で冒険に出かけよう！ ゲームやイラストが好きな方に特にオススメ！見学も大歓迎です☆
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。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)(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
7/2	3 ●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	4 ○ホンキの就職 10:00~16:00	5 ●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 ●農業体験 10:00~12:00 ◎ゆるトーク 13:00~(自由参加)	7 ●東総園ボラ 10:00~12:00 ★PC教室 13:00~14:00	8
		香取市(佐)出張相談				
9	10 ●農業体験 10:00~12:00 ●東総園ボラ 10:00~12:00 ○ホンキの就職 10:00~16:00	11	12 ●東総園ボラ 10:00~12:00 ☆英語講座 15:00~16:00	13 ●農業体験 10:00~12:00 ○家族向け講座 13:00~15:00	14 ●東総園ボラ 10:00~12:00 ○ホンキの就職 10:00~16:00	15
	銚子市出張相談	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	
16	17	18 ○ホンキの就職 10:00~16:00	19 ●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	20 ●農業体験 10:00~12:00 ニュースを知ろう 13:00~14:00	21 ●東総園ボラ 10:00~12:00 ★PC教室 13:00~14:00	22
		香取市(佐)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 軽トラ市	24 ●匠瑳車椅子ボラ 10:00~12:00 ●農業体験 10:00~12:00 ●東総園ボラ 10:00~12:00 ◎TRPG 13:00~15:00	25 ○1分間スピーチ ワークショップ 13:00~15:00	26 ●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	27 ●農業体験 10:00~12:00 ○家族向け講座 13:00~15:00 ◇ハローワーク 出張相談 13:00~16:00	28 ●東総園ボラ 10:00~12:00 ★PC教室 13:00~14:00	29
		香取市(小)出張相談 匠瑳市出張相談	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 ●東総園ボラ 10:00~12:00 ◎TRPG 12:00~16:00	8/1	2 ●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	3 ●農業体験 10:00~12:00	4 ●東総園ボラ 10:00~12:00 ★PC教室 13:00~14:00	5
		香取市(佐)出張相談			多古町出張相談	