

はちのへ若者サポートステーション



2017年4月 自立支援プログラム

※予定は変更になる場合もあります

日	月	火	水	木	金	土
	外部講師	応援センター				1 休館日
2 休館日	3 スーパー職場体験1 9:00~10:30 (8:30集合) 朝からボランティア 9:00~10:00	4 スーパー職場体験2 9:00~10:30 (8:30集合)				5 美文字セミナー 9:45~11:30 天聖寺住職 による法話 13:30~14:30 (13:10集合)
9 休館日	10 朝からボランティア 9:00~10:00 職場体験 「生花ラッピング」 14:00~16:00 (13:30集合)	11 パソコン講座A-① ～ワードの基本～ 14:00~15:30	12 マナー講座 「お箸の正しい使い方」 10:15~12:00 PCセミナー 13:30~15:30	13 履歴書の書き方 9:45~11:30 求人検索をしよう! 14:00~15:00	14 パソコン講座A-② ～ワードの基本～ 14:00~15:30	15
16 休館日	17 朝からボランティア 9:00~10:00 はしかみ農園 13:30~14:30	18 就労基礎講座 9:45~11:30 パソコン講座A-① ～エクセルの基本～ 14:00~15:30	19 PCセミナー 13:30~15:30	20 ヨガ体験 13:30~15:00 パソコン講座A-② ～エクセルの基本～ 14:00~15:30	21 はちサポ通信を 作ろう 10:30~12:00 無料出張相談 五戸町 13:00~16:00 からだを動かそう! 15:00~17:00	22 手作業ボランティア 14:00~15:00
23/30 休館日	24 朝からボランティア 9:00~10:00 お便り発送作業 10:30~12:00 職場体験 「生花ラッピング」 14:00~16:00 (13:30集合)	25	26 <女性限定> 身だしなみセミナー 9:45~11:30 PCセミナー 13:30~15:30	27 美文字セミナー 9:45~11:30 求人検索をしよう! 14:00~15:00 こころの相談日 13:30~16:30	28 屋上農園 10:30~11:30	29 昭和の日 休館日

TEL:0178-51-8582

各プログラムの詳しい内容は、裏面で確認してください！➔

4月 各プログラム内容

*色がついているセミナーは「八戸市暮らし・しごと応援センター」との合同セミナーになります。

日にち	プログラム名	内容	場所/時間	備考
3・10・17・24日	朝からボランティア!	朝早起きして、十三日町商店街の清掃・雪かきを行います。早朝奉仕で清々しさを感じてみませんか。清掃活動が出来る防寒の服装でお越しください。	はちサポ 9:00~10:00	軍手・水分 ゴミ袋・持参
3・4日	スーパー職場体験①②	スーパーマーケットで野菜や果物の袋詰めやシール貼り、品出しなどの仕事を体験します。	スーパーマーケット はちサポ集合8:30 9:00~10:30	定員2名
5・27日	美文字セミナー	応募書類の第一印象といえはやはり「きれいな文字」。書くためのコツを学び、字を書くことに自信を持ち、美文字を習得しましょう。	応援センター 9:45~11:30	
5日	天聖寺住職による法話	仏教の観点から、「人生について」住職が分かりやすくお話してくれます。生きるための元気がどんどん湧いてきます!	天聖寺 はちサポ集合13:10 13:30~14:30	
10・24日	職場体験「生花ラッピング」	花屋さんで小さな生花束のラッピング作業の体験をしてみましょう。	八戸市内生花店 はちサポ集合13:30 14:00~16:00	定員2名
11・14日	パソコン講座A-①② ~ワードの基本~	【初心者対象】ワードの基本的な使い方を知り、入力の仕方や機能を使い、社内・社外のビジネス文書を作成してみましょう	はちサポ 14:00~15:30	定員4名
12・19・26日	PCセミナー	独自のカリキュラムに沿って、Word・Excelや画像処理・ホームページ作成など、興味があることを個別に学習します。	学職開発 はちサポ集合13:00 13:30~15:30	
12日	マナー講座「お箸の正しい使い方」	知っているようで知らないお箸の正しい使い方や、食事のマナーを学習しましょう。	応援センター 10:15~12:00	
13日	履歴書の書き方	キャリアコンサルタントから履歴書の書き方のポイントを聞きながら実際に書いてみて直接書き方のアドバイスを受けてみましょう。	応援センター 9:45~11:30	筆記用具
13・27日	求人検索をしよう!	ジョブカフェあおもりサテライトにて、求人検索や適性診断を行います。利用の仕方や求人票の見方も教えて頂きます。	サテライトスポット八戸 はちサポ集合13:40 14:00~15:00	定員5名
17日	はしかみ農園	今年も階上町で作物の種まきから収穫まで行う農業体験を行います。年間を通じてどのように農業に携わっていくか皆さんと一緒に年間計画を立てましょう。今年は何んな収穫があるでしょう	はちサポ 13:30~14:30	
18日	就労基礎講座	仕事をする前に身に付けたり、知っておく必要があることは何か、就労するうえでの必須事項です!!	応援センター 9:45~11:30	
18.20日	パソコン講座A-①② ~エクセルの基本~	【初心者対象】エクセルの基本的な使い方を知り、入力の仕方や機能を使い、集計表や請求書を作成してみましょう。	はちサポ 14:00~15:30	定員4名
20日	ヨガ体験	椅子に座りタオルを使って行う簡単なヨガです。楽しく心と身体をリフレッシュしましょう。	応援センター 13:30~15:00	軽装・タオル 飲み物
21日	はちサポ通信を作ろう	毎月発行「はちサポ通信」を利用者の視点で作成してみませんか?レイアウト・文書作成・入力など協力しながら作成します。	はちサポ 10:30~12:00	
21日	無料出張相談 五戸町社会福祉協議会	五戸町社会福祉協議会で、はちサポのスタッフが相談をお受けします。はちサポまで来所されるのが大変な方は是非ご利用ください。	五戸町 社会福祉協議会 13:00~16:00	要予約
21日	体を動かそう!	バドミントン・バスケ・卓球を行います。沼館勤労青少年ホームでの現地集合・解散となります。ラケット、シャトル、内靴、水分、タオル等を各自ご持参ください。	沼館勤労青少年ホーム 15:00~17:00	現地集合
22日	手作業ボランティア	施設で使用する新聞の折りたたみをします。新聞紙を扱うのでよごれても良い格好でお越しください。	はちサポ 14:00~15:00	不要な 新聞持参
24日	おたより発送作業	皆さんと作成した「はちサポ通信」などのお便りを発送する準備を行います。軽作業などをお試しされたい方におススメです。	はちサポ 10:30~12:00	
22日	<女性限定> 身だしなみセミナー	お肌の診断をして個人に合ったクレンジングケアとスキンケアを学びます。身だしなみは、第一印象のお肌の輝きも見られていますのでお肌の手入れも大切です。これから日差しも強くなってお肌にダメージを作らないように一緒に学びましょう。	応援センター 9:45~11:30	
27日	こころの相談日	仕事や家庭での悩みで生活に支障の出ている方など、臨床心理士との面談により心を軽くしてみませんか。ご家族からの相談も承ります。	はちサポ 13:30~16:30	要予約 定員3名
28日	屋上農園	29年度屋上農園「13ファーム」開墾式に向けて年間の屋上農園の計画を行います。今年度はどのような作物を収穫したいですか?気軽に立ち寄れる農園として一緒に考えましょう。	はちサポ 10:30~11:30	

※参加希望のセミナーがございましたら、来所またはお電話等にてご予約をお願いいたします。セミナーには、定員が設けられているものもあり、ご参加いただけない場合もありますので、**必ず事前予約**が必要となります。また、諸事情によりセミナーの開催や日時の変更を行う場合がありますのでご了承ください。なお、相談や履歴書添削、面接指導などは随時受け付けておりますので、お気軽にお電話ください。