



※予定は変更になる場合もあります

日	月	火	水	木	金	土
1	外部講師	応援センター			1	2
					屋上農園 10:30~11:30	
3	4	5	6	7	8	9
	朝からボランティア 9:00~10:00		美文字セミナー 9:45~11:30		はしかみ農業体験 & 収穫祭 9:30~14:00 (9:00集合)	
10	11	12	13	14	15	16
	朝からボランティア 9:00~10:00		天聖寺住職 による法話 13:30~14:30 (集合13:10)	求人検索をしよう! 14:00~15:00	こころの相談日 13:30~16:30	コミュニケーション セミナー 伝達ゲーム 10:30~11:30
17	18	19	20	21	22	23
	敬老の日 	からだを動かそう! 15:00~17:00	PCセミナー① 「文書の表現力アップ」 14:00~16:00	PCセミナー② 「文書の表現力アップ」 14:00~16:00	PCセミナー③ 「文書の表現力アップ」 14:00~16:00	はちサポ家族会 13:30~15:00
24	25	26	27	28	29	30
	朝からボランティア 9:00~10:00	お便り発送作業 10:30~11:30	モチベーション& 魅力UPセミナー 13:30~15:30	求人情報紹介 オーエスアドバンス 13:30~15:00	はしかみ農業体験 9:30~11:30 (9:00集合)	秋分の日
休館日	無料出張相談 十和田市勤労 青少年ホーム 13:00~16:00	ジョブカフェセミナー 「社会保障の 仕組み」 13:30~15:30	職場体験 「南郷図書館」 14:00~16:00	求人検索をしよう! 14:00~15:00		

9月 各プログラム内容

*色がついているセミナーは「八戸市くらし・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
1日	屋上農園	屋上農園に植えた苗の成長を観察しながら雑草の除去や野菜の手入れをします。収穫が期待されます！	はちサポ 10:30～11:30	軍手・水分 長靴・タオル
4.11.25 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。清掃活動が出来る服装でお越しください。	はちサポ 9:00～10:00	軍手・水分 持参
6日	美文字セミナー	応募書類の第一印象といえやはり「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	
6日	天聖寺住職による法話	「人生について」仏教の観点から、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	
7.28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4名
8日	はしかみ農業体験 & 収穫祭	階上町で、作物の種まきから収穫まで行う農業体験を、通年で計画しております。動きやすい服装でお越しください。自分たちが育てた野菜を使って収穫祭を開催いたします。味わってみましょう。	フォレストピア階上 はちサポ集合9:00 9:30～14:00	軍手・水分 長靴・タオル エプロン
12日	からだを動かそう！	バドミントン・バスケットボールを行います。沼館勤労青少年ホームでの現地集合・解散となります。内靴、水分、タオル等を各自ご持参ください。はちサポ集合の方は14:40までにお越しください。	沼館勤労青少年ホーム 15:00～17:00	現地集合
13.14. 15日	PCセミナー 「文書の表現力アップ」	SmartArt機能を使った手順書・マニュアル作成について学び、自分のナビゲーションシートを表現力豊かにアレンジしましょう。	学職開発 はちサポ集合13:30 14:00～16:00	
14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、臨床心理士と面談して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
15日	コミュニケーションセミナー 伝達ゲーム	相手に言葉で色々なことを伝えるのは、とても難しいことです。ゲーム感覚で相手に色々なことを言葉で伝えてみましょう。	はちサポ 10:30～11:30	
16日	はちサポ家族会	お子様やご家族などの不安はありませんか？同じような悩みをお持ちの方々と自由にお話しています。お気軽にご参加ください。	はちサポ 13:30～15:00	
20.21日	はちサポ通信を 作ろう①②	毎月発行の「はちサポ通信」の記事作りです。当月に参加したセミナーを振り返り、記事を考えPCで入力します。文書作りが好きな方、PC初心者の方におススメです。	はちサポ 10:30～12:00	
20.22日	パソコン講座C-①② ～ビジネス文書～	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 13:30～15:00	定員4名
21日	就活のための 自己実現セミナー	面接で緊張してしまう・・・対人関係が苦手と感じる・・・自分をせめてしまう・・・などなど就職活動の事前自己準備をしてみましょう。	ニューポート3階 13:30～15:30	
22日	はしかみ農業体験	階上町で、作物の種まきから収穫まで行う農業体験を、通年で計画しております。動きやすい服装でお越しください。	フォレストピア階上 はちサポ集合9:00 9:30～11:30	軍手・水分 長靴・タオル
25日	無料出張相談 十和田市勤労青少年ホーム	十和田市勤労青少年ホームで、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。	十和田市 勤労青少年ホーム 13:00～16:00	要予約
26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 10:30～11:30	
26日	ジョブカフェセミナー 「社会保障の仕組み」	社会保険労務士の先生が、社会保障について分かりやすく説明します。国民年金や厚生年金の仕組みや働いてから、社会保障のためにどれくらいお給料から控除になるのかなど詳しく聞いて見ましょう。	はちサポ 13:30～15:30	
27日	モチベーション＆ 魅力UPセミナー	就活に疲れや不安を抱えていませんか？「カラーセラピー」を体験しながら、自分を見つめなおし、就活に活かすセミナーです。	十和田市民 交流プラザ 13:30～15:30	
27日	職場体験 「南郷図書館」	南郷図書館で図書館の職員の方に指導いただきながら、本の整理・整頓・仕分けなど体験し、図書館での仕事を体験してみましょう。	八戸市立南郷図書館 はちサポ集合13:15 14:00～16:00	定員3名 汚れても 良い服装
28日	求人情報紹介 オーエスアドバンス	派遣会社の方から、現在募集中のホットな求人情報を教えてください。自分に見合った求人と一緒に探してみましょう。	応援センター 13:30～15:00	

※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。