

はちのへサポステ通信

Vol. 45

はちサポは若者の『自立』と『就労』を支援します！ 2016/11/1 発行

★職場体験～航空自衛隊・青森県立三沢航空科学館★

12月6日(火) 9:00～17:00

バスで航空自衛隊三沢基地に行き自衛官の皆さんに国防に対する意識や自衛官の仕事の説明していただきます。三沢基地施設・飛行場を見学した後、体力の源となる自衛隊の昼食も体験します。午後からは航空科学館の館内の説明を受けた後、アテンダントのシャドー研修や清掃体験・設備関係の体験をします。

自衛隊基地に入るため申請が必要となりますので**11月15日**までお申し込みください。

普段はなかなか体験できない職場に行きますのでご参加お待ちしております。

☆派遣セミナー in 田子☆

11月2日(水) 13:00～16:00

派遣での働き方、県外での仕事について派遣会社からお話を聞きます。

郡部の方もぜひお越しください。

★職場見学 八戸卸センター★

11月10日(木) 14:00～16:00

倉庫内作業の見学をします。男女問わず活躍している職場です。実際の職場を見学できる良い機会です。

★合同企業説明会★

11月16日(水) 13:00～16:00

84社ほど集まり、その場で会社説明会、面接をすることができます。履歴書、ハローワークカード持参になります。

★南郷図書館★

11月14日(月) 14:00～16:00

図書館の職員の方にご指導いただきながら、本の整理・整頓・仕分けなど、図書館での様々な仕事を体験してみましょう。

*定員5名

☆無料出張相談 in おいらせ☆

11月14日(月) 13:00～16:00

遠方ではちサポまでなかなかこられない方、スタッフが近くまで伺いますので、ぜひご利用下さい。

11月26日(土) 13:30～15:00

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。



こころの相談

11月10日(木) 13:30～16:30

臨床心理士の先生が、こころの相談に応じます。

*定員3名

はちのへサポステ通信 vol. 45

~~ このおたよりは、利用者さんと作成しました! ~~



~利用者さんからの感想です~

★ PCセミナー ★

自分がわからない所があっても、聞けばまた自分のものになっていくと思えました。楽しんで学べます。

復習もあるので、より理解が深まりました。自分でホームページを作れるように勉強したいです。

● ● コミュニケーションセミナー 「イトコサガシ」

まず、ものの良いところを探してみると、それにしかないもの、また道具がなくても、変わりに使えるものがあることに気付きました。セミナーでは短所を長所にする課題もありました。どんなに自分に自信がない人であっても、見方や考え方を変えるだけでも、長所になります。面接の場面でも使えると思えました。

ヨガ体験

最初の頃は、呼吸を意識するのが難しかったけれど、回を重ねるごとに、呼吸を意識することが分かってきました。肩こりに効くポーズや、気持ちになるため息の呼吸、脳を意識的に休ませる瞑想などをしました。健康にも良いし、気持ちの切り替えも、出来るので是非一度お試しください。



★ ★ 就活の基本Ⅱ

就職・労働に対する意識・意欲の考え方がかなり変わり、働くことの知識が加えられた気がします。社会・企業に求められる人間性をしっかり身に付け、組み立てていきたいと思えます。



はしかみ農業体験



一連の作業を通して外に出る事、外で作業をする事に、楽に向き合えるようになった気がします。作業自体は軽作業だったので、時々他の利用者さんと何気ない話をしながら黙々とこなせましたし、終わった時には達成感もありました。少しずつ体を動かしながら歩(あゆみ)を進めたい方にはおすすめです。



はちサポを飾ろう ~ハロウィン~

今年は、去年と少し違うハロウィン飾りの製作をしました。出来上がりは、飾ってみてからの楽しみ~!!

30日が本番なので、子どもたちに喜んでもらえるように頑張りましょう。

