



はちのへサポステ通信 vol. 52



今月の主なセミナー

★からだを動かそう!

6月9日(金)
15:00~17:00

★職場体験「南郷図書館」

6月19日(月)
14:00~16:00

★はしかみ農業体験

6月9、23日(金)
9:30~11:30
(サポステに9:00集合)

～ 自然体験・交流塾説明会 ～

6月15日(木) 13:00~15:00

7月1日(土)、8月26日(土)~27日(日)と2回に分けて「自然体験・交流塾」が開催されます。自然体験や社会体験を通して、仲間との交流を深めてみませんか?

事前の説明会では、日程、宿泊先、体験先の概要を説明します。

詳細は別紙にてご案内いたしますので、そちらもご覧ください♪

職場体験はじめました!

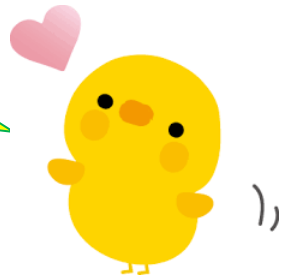
先月から**職場体験プログラム**が行われています。

今回は東北町の「**東管工業**」さんです。体験内容としては、容器の洗浄、水道メーターの部品の選別、電気製品の分解をします。

今後予定の職場体験先は、**図書館**、**農園**、**介護施設**です。まずは簡単な仕事からですので、お気軽にご参加下さい。

また、「どんなことをする?」、「こんなところで体験してみたい!」と質問や希望がありましたら、職員にご相談くださいね。

職場体験の
お知らせです



こころの相談日

6月22日(木) 13:30~16:30

臨床心理士の先生が個別に
お話を伺います

※こころの相談は
必ず事前の予約が必要です





はちのへサポステ通信 vol. 52

~~ このあたよりは、利用者さんと作成しました！ ~~

コミュニケーションセミナー 「自分の取説を作ろう」



からだを動かそう！

普段はなかなかからだを動かす機会がありませんが、このセミナーで思いっきり汗を流しながらスポーツを楽しんでいます。

チームプレイは声をかけ合いながらするので、からだを動かすとともに気持ちもスッキリしました。

プリントによる質問と自分自身への問いかけを合わせて自己理解を深めるセミナーです。

こうした分析を行うと、どうしても自分自身が「良くない」と思っている部分にばかり目を向けてしまうのですが、講師の方がうまく誘導してくれたのでとても取り組みやすかったです。

特に、自分の自信の無い部分、良くないと思っている部分をただダメなものとして捉えるのではなく、自分の特徴や気をつけて改善した方が良い部分として捉えることで、自分を理解し開放できる部分を増やすことが出来たと感じました。

興味がある方はぜひ参加してみてくださいと思います。おすすめです！



はしかみ 農業体験

5月12日に
「はしかみ農業体験」
がありました。

野菜を育てることに興味を持ちながら、みんなで何を植えるかを考えました。

どんな苗が元気に育つか、苗選びを学びながら利用者さん同士、協力し合って植えました。

自分たちで育てた野菜は格別なはず。

農業に興味のある方、一緒に育てて収穫の喜びを分かち合いましょう！



はちのへ若者サポートステーション

〒031-0042

八戸市十三日町4-1-1F

TEL : 0178-51-8582

FAX : 0178-51-8583