

# はちのへサポステ通信 vol.57

~~ このおたよりは、利用者さんと作成しました！ ~~



11月のラインナップです。ご覧ください！



## 職場体験「桃川酒造・前田塗装」

11月14日(火)  
10:00~15:00 (9:00集合)



バスで「あおもいマイスター」が居る株式会社桃川(おいらせ町)有限会社前田塗装(三沢市)に訪問し講話して頂き、職場体験をしてきます。株式会社桃川では酒蔵見学など。前田塗装では塗装を行った住宅見学など。

## 職場体験「南郷図書館」

11月20日(月)  
14:00~16:00 (13:15集合)

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・仕分けなどを体験し、図書館での仕事を体験してみましょう。12月のイベントである図書館内のクリスマスの飾りつけも体験します。



## 「こころの相談日」

11月2日(木) 13:30~16:30  
11月30日(木) 13:30~16:30

臨床心理学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

## 「屋上農園」

11月10日(金) 10:30~11:00  
11月24日(金) 10:30~11:00

屋上農園に植えた野菜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(長靴・軍手・水分は必須です！)

## 「からだを動かそう！」

11月10日(金) 15:00~17:00

バドミントン・バスケ・卓球を行ないます。  
内靴、水分、タオル等ご持参ください。

## 「職業人講話 車の製造」

11月13日(月) 13:30~15:30

世界3位の自動車部品メーカー「テンソー」車の製造や最先端技術のお話を聴いて車の未来を覗いてみませんか？

## 「クリスマスリースを作ろう！」

11月30日(木) 13:30~15:00

クリスマスの飾りとしておなじみのクリスマスリースを作ります。手作業が得意な方、興味がある方は、ぜひ参加してください。



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



# はちのへサポステ通信 vol.57

~~ このおたよりは、利用者さんと作成しました！ ~~



10月セミナーを振り返って、利用者さんに感想を書いてもらいました。

## ★ 屋上農園 ★

10月6日・13日(金)

10:30~11:30

利用者で月に2~3回、サポステの屋上で野菜の手入れを行っています。今月は、トマト・ナス・ピーマンが収穫できました。

これから寒くなるので、冬にも収穫できる野菜を植えることになり、春菊・二十日大根の種を植える事にしました。指で穴をあけて、そこに種を2~3粒植えました。大変でしたが、みんなで楽しく植えることができました。

最後に、寒さ対策で簡易シートを取り付けました。野菜が収穫できるのまで定期的に手入れをし、冬にたくさんの野菜が収穫できればいいなと思いました。これからも参加していきたいと思いました。

## ★ PCセミナー ★

10月11日(水)~10月13日(金)

14:00~16:00

PCセミナー「エクセルの基本」が開催されました。3日間を通してエクセルを活用し、履歴書を作成しました。作成において、履歴書の書き方やエクセルの基本的な機能について学びました。

自己PRを一から考えるのには時間がかかりましたが、講師の方にアドバイスを頂いたおかげで完成させることが出来ました。最終日には職務経歴書を書く上でのポイントをまとめる作業を行いました。添削して頂きながら書類を作成する機会を得ることが出来ないで、このセミナーで作成したものを今後の就職活動に役立てていきたいと思っております。

## ★ ことばの力 ★

10月6日(金)

13:00~15:00

元青森放送アナウンサー大竹辰也さんの講演会に行ってきました。アナウンサーなので人前で話すのが得意な方だと思っていましたが、実は人前で話すのがあまり好きではないと聞いて、びっくりしました。

大竹さんは人前で話すとき、母音の発音を大切に、口を大きく開け、大きな声で発音するという事を心掛けています。

今回教えて頂いたことを、面接などで活かしていきたいと思いました。

## ★ 職場体験 ★

10月18日(水)

11:00~14:00

今回の職場体験は、東北町にある東管工業株式会社に行きました。産業廃棄物処理や建設業を行う会社です。最初に、水道メーターの洗浄を体験し、施設の見学をしました。

会社の方は、仕事をするときにやる気や謙虚さが大事だとおっしゃっていたので、やる気・謙虚さを持って就職活動をしていきたいと思いました。

