

# はちのへサポステ通信 vol. 61

～～ このおたよりは、利用者さんと作成しました！ ～～

「2月セミナーの振り返りです」

## 職場体験「袴田農園」

1月25日(水)～2月7日(水)

おいらせ町の袴田農場で、ごぼう加工を職場体験してきました。この時期はとても寒く、雪が多いので防寒対策をきちんと行いました。体験内容は、ごぼうをコンベアーにきれいに配置する作業です。コンベアーに配置されたごぼうは、機械にて自動で根っこを切り、大きさ別に分けられます。実際に作業を行って、コンベアーの速度に合わせて、ごぼうを配置する事が大変でしたが、指導を受けながらスムーズに配置する事が出来ました。

サポステの皆さんや、袴田農場の皆さんのおかげで充実した職場体験ができたと思います。この経験を活かして、就職活動に繋がっていきたいです。本当にありがとうございました。

## 職場体験「南郷図書館」

2月9日(金) 14:00～16:00

八戸市立南郷図書館で職場体験してきました。体験内容として、2つの作業を行いました。

1つ目は、南郷雪虫まつりのイベント準備のために、ミニかまくら作りを行いました。バケツに雪を詰めて、ミニかまくらを20個以上作りしました。製作したミニかまくらの内部に灯りをともして、夜に幻想的な世界を演出できて、とても達成感を味わいました。

2つ目は、図書館で書庫整理を行いました。職員から整理整頓のやり方を丁寧に指導して頂きながら作業を行いました。実際に作業してみて、本の配置や並べ方にも利用者が本を取りやすいように、見つけやすいように工夫している事が分かりました。職場体験を通して、図書館を利用する立場や目線になって作業を行う事で、改善や工夫が施されている事を知りました。実際に私自身が仕事する上でも目線を変えたりして改善していきたいと思います。

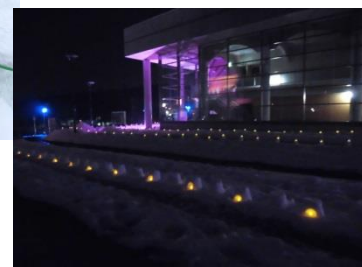
## PCセミナー Excel 実践講座

「見積書・納品書・請求書を作ってみよう！」

2月13, 14, 16日 14:00～16:00

PCセミナーは、Excelを使用して、見積書・納品書・請求書を作成しました。1日目は、メモに書かれた内容を、エクセルに打ち込み、関数を使って、小計、合計を求め見積書を作成。2日目、3日目は作成した見積書を基にして、請求書を作成しました。見積書、請求書とも本格的で、商品や金額を間違えずに打つことを心掛けてやりました。

今回のセミナーを通して、様々な関数を学び覚えて、Excelのスキルを向上できました。非常に実用的であり、これからも復習を繰り返しながら、マスターしていきたいと思います。



# はちのへサポステ通信 vol. 61

~~ このおたよりは、利用者さんと作成しました！ ~~

「3月おすすめセミナーの紹介です」

## 「こころの相談日」

3月1日（木）13：30～16：30

3月22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。

## 職場体験「南郷図書館」

3月9日（金） 14：00～16：00

（集合 13：15）

図書館の職員の方に、本の整理・整頓・仕分け

など、図書館の仕事を教えて頂きます。

寒いので防寒を忘れずにしてください。

## 天聖寺住職による法話

3月28日（水）13：30～14：30

（集合 13：10）



天聖寺の住職さんのお話を聞きに行きます。

難しそうに思いますが、わかりやすくそして面白いお話です。皆さん参加してみませんか？

## アニメ・漫画から学ぶ「ヒーローと悪者」

3月30日（金）13：30～15：00

さまざまなアニメ・漫画にヒーローと悪者が登場してきますが、それぞれの立場からみなさんと意見交換しながら、物事を考えてみましょう！立場や目線を変えるだけでも物事の捉え方が変わってきます。

## はちサポ年度末大掃除

3月30日（金）10：00～12：00

はちサポの年度末大掃除を行います。今年度の汚れを皆さんで落としましょう。そして、気持ちよく新年度を向かえましょう。

皆さんの参加をお待ちしています。