



# はちのへサポステ通信

～ このおたよりは、利用者さんと作成しました！ ～

「セミナーの振り返りです」



## 「ライフプラン」と「働き方」を考える ～アクサ生命～

5月9日(水) 13:30～15:30

「ライフプラン」と「働き方」についてお話をして頂きました。老後に最低限必要になる貯蓄額は夫婦で2000万円以上になるらしいです。また、老後を一つの区切りと考えた働き方や仕事選びが重要であることも学びました。セミナーを通じて、仕事選びで給料面を大切に考えるきっかけになりました。

## 農業体験

5月11、18日(金) 9:30～12:00

今月の農業体験では、種を植えました。最初に土を盛り上げて畝を作りました。畝を作った後、トマト、じゃがいも、そら豆などの種を植えました。これから参加者で協力して草取りなどの作業をしていきたいと思います。そして秋の収穫祭でたくさんの野菜を使った料理ができればいいなと思います。

## からだを動かそう

5月11日(金) 15:00～17:00

沼館勤労青少年ホームにて、バドミントン・卓球・バスケットボールをしました。当日の参加人数は7名で、バドミントンと卓球はローテーションで試合をし、バスケットボールは半コートを使って攻守交代しながら試合をしました。丁度いい運動になったと思います。ストレス発散や気分転換にピッタリな活動になると思います。



## 履歴書の書き方

5月14日(月) 13:20～15:00

就職活動に必要な履歴書のセミナーが開かれました。自分の経歴の書き方や写真の撮り方、志望動機の書き方まで学びました。履歴書は自分の「顔」となり、履歴書で採用されるかどうか決まってくる。履歴書は嘘をつかない、丁寧に書くということが大事だとわかりました。就職活動に活かしていきます。

## 美文字セミナー

5月15日(火) 9:45～11:30

応援センターにて、番沢先生のもと、封筒の書き方について教わりました。封筒も、住所・郵便番号・宛名を書く場所が決まっており、字の大きさも封筒に綺麗に書くポイントの一つだと学びました。綺麗な字を書けることは日々の自信に繋がり、正しい封筒の書き方は、書類等を封筒で企業に提出する際に、とても役に立つ内容だと思いました。



## PCセミナー

5月15、16、17日 13:30～15:00

今月のPCセミナーは、ビジネス文章の応用編をやりました。パソコンの操作は難しくなかったのですが、敬語や普段使わない日本語の言い方などに苦労しました。ビジネス文章を上手に書く方法は、普段から新聞や本を読む事で語彙力を身に付くと教わりました。





# はちのへサポステ通信

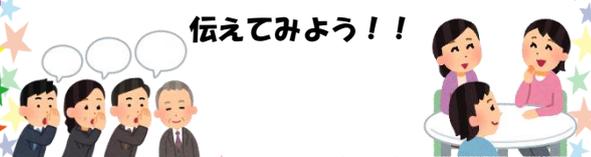
~~~ このおたよりは、利用者さんと作成しました！ ~~~

「6月おすすめセミナーの紹介です」



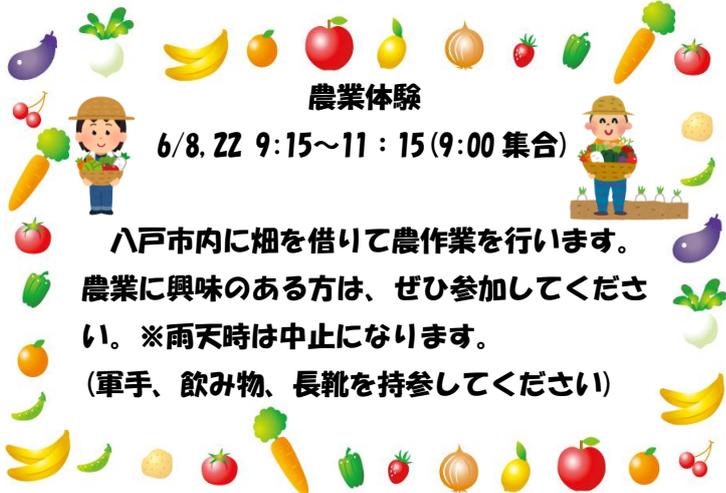
**コミュニケーションのヒント**  
6月5日(火) 13:30~15:00

グループワークやゲームを通して、  
自分と仲間の「いいところ」を探して  
伝えてみよう！！



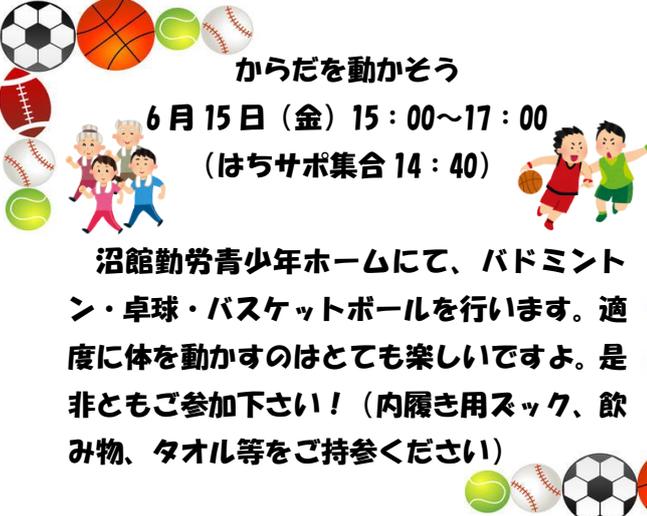
**農業体験**  
6/8, 22 9:15~11:15 (9:00 集合)

八戸市内に畑を借りて農作業を行います。  
農業に興味のある方は、ぜひ参加してください。  
※雨天時は中止になります。  
(軍手、飲み物、長靴を持参してください)



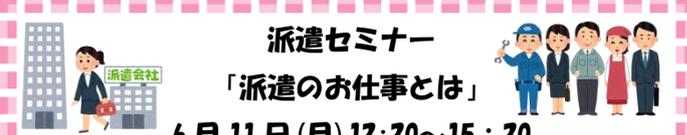
**からだを動かそう**  
6月15日(金) 15:00~17:00  
(はちサポ集合 14:40)

沼館勤労青少年ホームにて、バドミントン・卓球・バスケットボールを行います。適度に体を動かすのはとても楽しいですよ。是非ともご参加下さい！(内履き用スック、飲み物、タオル等をご持参ください)



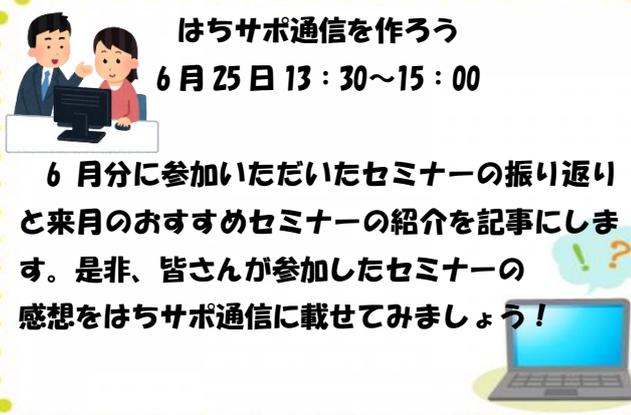
**派遣セミナー**  
「派遣のお仕事とは」  
6月11日(月) 13:30~15:30

最近、派遣会社が多くなっています。「派遣会社ってどんな会社？」と思っている人が多いと思います。そんな人に、派遣のお仕事を丁寧に説明します。派遣会社に興味のある方はぜひ参加してください。



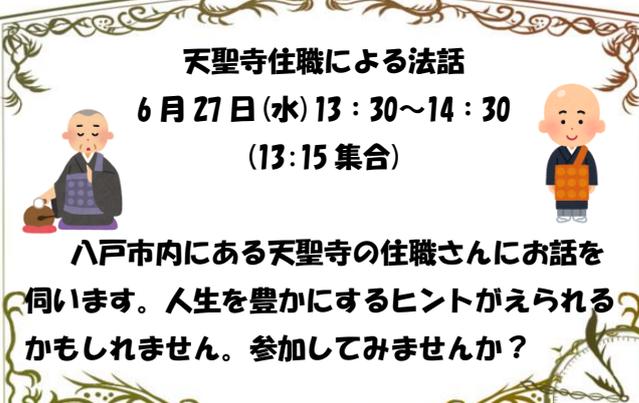
**はちサポ通信を作ろう**  
6月25日 13:30~15:00

6月分に参加いただいたセミナーの振り返りと来月のおすすめセミナーの紹介を記事にします。是非、皆さんが参加したセミナーの感想をはちサポ通信に載せてみましょう！



**天聖寺住職による法話**  
6月27日(水) 13:30~14:30  
(13:15 集合)

八戸市内にある天聖寺の住職さんにお話を伺います。人生を豊かにするヒントがえられるかもしれません。参加してみませんか？




**サポステ**  
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

