



2018年7月 自立支援プログラム



※予定は変更になる場合もあります

外部講師	応援センター					
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
	休館日 朝からボランティア&屋上農園 9:00~10:00 (8:50集合) 七夕飾り作り 10:30~12:00	七夕飾り作り 10:30~12:00	七夕飾り作り 10:30~12:00	七夕飾り作り 10:30~12:00	七夕飾り作り 10:30~12:00 求人検索をしよう! 14:00~15:00 (はちサポ13:40集合)	農業体験 9:15~11:15 (9:00集合) パステル画 9:45~11:30 (9:35集合)
8	9	10	11	12	13	14
	休館日 朝からボランティア&屋上農園 9:00~10:00 (8:50集合) 七夕飾り作り 13:30~15:00	就労基礎講座 9:45~11:30 (9:35集合) 七夕飾り作り 13:30~15:00	職場体験 「袴田農園」 9:00~16:00 (8:50集合)	体づくりセミナー 「初心者でも楽しめるアロマヨガ」 13:20~15:00 (13:10集合)	農業体験 9:15~11:15 (9:00集合) 七夕祭りの接客・販売体験 17:00~20:00	七夕祭りの接客・販売体験 17:00~20:00
15	16	17	18	19	20	21
	休館日  休館日	PCセミナー① 「Wordでデザイン実践講座」 13:30~15:30 (13:00集合)	PCセミナー② 「Wordでデザイン実践講座」 13:30~15:30 (13:00集合)	求人検索をしよう! 14:00~15:00 (はちサポ13:40集合)	農業体験 9:15~11:15 (9:00集合) PCセミナー③ 「Wordでデザイン実践講座」 13:30~15:30 (13:00集合)	
22	23	24	25	26	27	28
	休館日 朝からボランティア&屋上農園 9:00~10:00 (8:50集合) はちサポ通信を作る① 13:30~15:00	美文字セミナー 9:45~11:30 (9:35集合) はちサポ通信を作る② 13:30~15:00 三沢勤労青少年ホーム 無料出張相談 13:00~16:00	就労基礎講座 13:20~15:00 (13:10集合) こころの相談日 13:30~16:30	お便り発送作業 13:00~14:30	農業体験 9:15~11:15 (9:00集合) PCスキルセミナー 「名刺作成」 13:30~15:30 (13:00集合)	
29	30	31	 暑さが続きますので体調管に気を付けましょう			
	休館日 朝からボランティア&屋上農園 9:00~10:00 (8:50集合)					



7月 各プログラム内容

*色がついているセミナーは「八戸市暮らし・しごと応援センター」との合同セミナーになります。

日にち	プログラム名	内容	場所/時間	備考
2.9.23. 30日	朝からボランティア！ & 屋上農園	朝早起きして、十三日町商店街の清掃&屋上農園で農作業を行います。 早朝奉仕で清々しさを感じてみませんか。 清掃活動と農作業が出来る服装でお越しください。	はちサポ 集合8:50 9:00~10:00	軍手.飲み物 ゴミ袋 長ぐつ
2.3.4.5 日	七夕飾り作り	七夕祭りに中心商店街に飾る大きな七夕飾りを作る作業を行います。 紙花を作成したり飾り付けを分業しながら行いますので、気楽にご参加ください。	はちサポ 集合10:20 10:30~12:00	
5.19日	求人検索をしよう！	ジョブカフェあおもりサテライトにて、求人検索や適性診断を行います。利用の仕方や求人票の見方も教えて頂きます。	サテライトスポット八戸 はちサポ集合13:40 14:00~15:00	
6.13. 20.27日	農業体験	長者地区の畑を利用して農業体験を行います。農業体験を通して秋の収穫祭に向けて作物を育てましょう。 <u>※雨天時は中止となります。</u>	応援センター はちサポ 集合9:00 9:15~11:15	軍手 飲み物 長ぐつ
6日	パステル画	パステル画は、水も筆も使わずパステルと指を使って手軽に描く事ができます。 是非、あなたもオリジナルの画を描いてみましょう。	応援センター はちサポ 集合9:35 9:45~11:30	
7日	自然体験・交流塾	青森県立種差少年自然の家で行われる自然体験・交流塾に参加される方々をサポートするスタッフのお手伝いをします。夏の思い出の一つに参加しませんか？ ※持ち物__帽子、軍手、室内運動靴、健康保険証、タオル、参加費1000円	種差少年自然の家 はちサポ 集合8:30 9:00~15:00	
9.10日	七夕飾り作り	七夕祭りに中心商店街に飾る大きな七夕飾りを作る作業を行います。 紙花を作成したり飾り付けを分業しながら行いますので、気楽にご参加ください。	はちサポ 集合13:20 13:30~15:00	
10.25日	就労基礎講座	仕事をする前に身に付けたり、知っておく必要があることは何か、 就労するうえで必須事項を身に付けましょう。 ※10.25日のセミナーは同じ内容となっております。	応援センター はちサポ 10分前集合 9:45~11:30(10日) 13:20~15:00(25日)	
11日	職場体験「袴田農園」	ニンジンの収穫から出荷(洗浄・箱詰め)までの作業を体験します。農作業なので 服装は汚れてもよい作業着やナイロンジャンパー(上下)・ジャージなどの着用を お勧めします。 ※持ち物__長靴・飲み物・汗拭きタオル・帽子・軍手	はちサポ 集合8:50 9:00~16:00	
12日	体づくりセミナー 「初心者でも楽しめる アロマヨガ」	初心者でも安心！無理なく身体を動かしてアロマの香りで心も体も リラックス&リフレッシュしましょう♪	応援センター はちサポ 集合13:10 13:20~15:00	軽装.タオル 飲み物 ※定員2名
13.14日	七夕祭りの 接客・販売体験	七夕祭りに合わせて、はちサポ前に露店を出店します。 露店での販売や接客体験が出来ます。祭りの雰囲気と一緒に盛り上げましょう。	はちサポ 集合16:50 17:00~20:00	※定員3名
17・18 ・20日	PCセミナー 「Word でデザイン実践講 座」	デザインの基本を抑えつつ、見やすいチラシを作って行きます。 画像や図形の配置の仕方を中心に学習します。	学職開発 はちサポ 集合13:00 13:30~15:30	筆記用具
23.24日	はちサポ通信を 作ろう①②	毎月発行の「はちサポ通信」の記事作りです。当月に参加したセミナーを振り返り、 記事を考えPCで入力します。インターネットから挿絵を入れたり、文書作りが好きな方、 PC操作が好きな方におススメです。	はちサポ 13:30~15:00	
24日	美文字セミナー	応募書類の第一印象といえはやはり「きれいな文字」。 書くためのコツを学び、字を書くことに自信を持てるよう美文字を習得しましょう。	応援センター はちサポ 集合9:35 9:45~11:30	筆記用具
24日	三沢勤労青少年ホーム 無料出張相談	三沢勤労青少年ホームで、はちサポのスタッフが相談をお受けします。 はちサポまで来所されるのが大変な方は是非ご利用ください。	三沢勤労青少年ホーム 13:00~16:00	要予約
25日	こころの相談日	仕事や家庭での悩みで生活に支障の出ている方など、臨床心理士との 面談により心を軽くしてみませんか。ご家族からのご相談も承ります。	はちサポ 13:30~16:30	要予約 ※定員3名
26日	おたより発送作業	皆さんと作成した「はちサポ通信」などのお便りを発送する準備を行います。お便りの折り込 みや封筒に入れたりする協力作業です。毎月丁寧な作業をしていただき受け取る利用者 も心待ちにしています。また、はちサポ内の掲示物の張替え作業も行います。	はちサポ 13:00~14:30	
27日	PCスキルセミナー 「名刺作成」	パソコンを使って名刺を作成し、作成した名刺を使って 名刺交換のマナーを学びましょう。	JMTC八戸教室 はちサポ 集合13:00 13:30~15:30	筆記用具

※参加希望のセミナーがございましたら、来所またはお電話等にてご予約をお願いいたします。セミナーには、定員が設けられているものもあり、ご参加いただけなかった場合もありますので、**必ず事前予約**が必要となります。また、諸事情によりセミナーの開催や日時の変更を行う場合がありますのでご了承ください。なお、相談や履歴書添削、面接指導などは随時受け付けておりますので、お気軽にお電話ください。