



※予定は変更になる場合もあります

日	月	火	水	木	金	土
1(土)・2	3 正月 休館日	4	5	6	7	8
休館日				求人検索をしよう! 14:00~15:00 (13:40集合)		
9	10 成人の日 休館日	11	12	13	14	15
休館日		パステル画 & 大人の塗り絵 10:00~11:30	美文字セミナー 10:00~11:30			
		無料出張相談 十和田市 南コミュニティセンター 14:00~16:00	無料出張相談 南部町 健康センター 14:00~16:00	無料出張相談 三戸町 ふくじゅそう 14:00~16:00	パソコン講座 ~初めてのプログラミング~ 13:30~14:30	
16	17	18	19	20	21	22
休館日	朝からボランティア 9:00~9:30	プラーナセミナー ~体調管理~ 13:30~14:30	パソコン講座 ワード ~社外文章作成~ 10:00~11:30	中止 企業説明会 ~いろんな会社の話 を聞いてみよう~ 13:30~16:00	無料出張相談 五戸町 社会福祉センター 10:00~12:00	
		無料出張相談 三沢市 勤労青少年ホーム 14:00~16:00		無料出張相談 田子町 せせらぎの郷 14:00~16:00	無料出張相談 おいらせ町 中央公民館 14:00~16:00	手作業ボランティア 14:00~15:00
23	24	25	26	27	28	29
休館日	朝からボランティア 9:00~9:30		はちサポ通信を 作ろう① 10:30~12:00	中止 企業見学会 ~多摩川精機株~ 13:30~16:00	お便り発送作業 10:30~12:00	
			はちサポ通信を 作ろう② 13:30~15:00			
			就活の基本 ~就活の事前準備~ 13:30~15:00 (13:15集合)	求人検索をしよう! 14:00~15:00 (13:40集合)	中止 職業訓練制度説明会 14:00~16:00 八戸地域職業訓練 センター (13:15集合)	
30	31	(2/1)	(2/2)	(2/3)	(2/4)	(2/5)
休館日	朝からボランティア 9:00~9:30					
	コミュニケーション セミナー マイクラフト 13:30~15:00					



各プログラム内容



日にち	プログラム名	内容	場所/時間	備考
6・27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 八戸 14:00～15:00 はちサボ集合13:40	定員3名
11日	パステル画&大人の塗り絵	色鮮やかなパステル画や塗り絵を楽しんでみませんか？塗り絵を通じて集中力を高め、自分の個性を表現してみましょ。ストレス解消の効果も期待できるかも。	はちサボ 10:00～11:30	定員5名
11日	無料出張相談 十和田市 南コミュニティセンター	十和田市で、はちサボのスタッフが相談をお受けします。はちサボまで来所されるのが大変な方は是非ご利用ください。	十和田市 南コミュニティセンター 14:00～16:00	要予約
12日	美文字セミナー	今回は「書初め」を予定しています♪就職応募書類の第一印象といえば、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。	はちサボ 10:00～11:30	定員4名
12日	無料出張相談 南部町 健康センター	南部町で、はちサボのスタッフが相談をお受けします。はちサボまで来所されるのが大変な方は是非ご利用ください。	南部町 健康センター 14:00～16:00	要予約
13日	無料出張相談 三戸町 ふくじゅそう	三戸町で、はちサボのスタッフが相談をお受けします。はちサボまで来所されるのが大変な方は是非ご利用ください。	三戸町 ふくじゅそう 14:00～16:00	要予約
14日	パソコン講座 ～初めてのプログラミング～	プログラミングって何？と言うところからわかりやすく説明し、操作していきます。プログラミングと言うと難しそうですが、初心者でも理解できるソフトを使用し学びます。	はちサボ 13:30～14:30	定員5名
17・24 ・31日	朝からボランティア	朝早起きして、十三日町と廿三日町商店街の清掃活動を行います。早朝奉仕で清々しさを感じてみませんか？清掃活動が出来る服装でお越しください。	はちサボ 9:00～9:30	タオル・軍手 帽子・飲み物 防寒具など
18日	ブリーナーセミナー ～体調管理～	「就職に向けてどのように体調管理をしていったら良いのか」についてのお話を聞くことができます。普段から体調管理には気をつけていると思いますが、知らなかった管理方法を知ることができるチャンスかもしれません。軽度なリラックス運動もあります、是非ご参加ください。	はちサボ 13:30～14:30	定員6名
18日	無料出張相談 三沢市 勤労青少年ホーム	三沢市で、はちサボのスタッフが相談をお受けします。はちサボまで来所されるのが大変な方は是非ご利用ください。	三沢市 勤労青少年ホーム 14:00～16:00	要予約
19日	パソコン講座 ワード ～社外文章作成～	ワードは文章を打つ便利なソフトです。会社でよく使われる文章を実際に作成して身に付けていきましょう。	はちサボ 10:00～11:30	定員5名
20日	中止 企業説明会 ～いろいろな会社の話 を聞いてみよう～	求職者と青森県内の企業をつなぐ企業説明会です。参加企業の担当者からプレゼンテーション形式で事業内容を説明。いろいろな業種の内容を聞けて、お仕事へのイメージを広げられるイベントです。	はちサボシアター2 13:30～16:00 (受付13:00～) はちサボ集合12:50	要予約
20日	無料出張相談 田子町 せせらぎの郷	田子町で、はちサボのスタッフが相談をお受けします。はちサボまで来所されるのが大変な方は是非ご利用ください。	田子町 せせらぎの郷 14:00～16:00	要予約
21日	無料出張相談 五戸町 社会福祉センター	五戸町で、はちサボのスタッフが相談をお受けします。はちサボまで来所されるのが大変な方は是非ご利用ください。	五戸町 社会福祉センター 10:00～12:00	要予約
21日	無料出張相談 おいらせ町 中央公民館	おいらせ町で、はちサボのスタッフが相談をお受けします。はちサボまで来所されるのが大変な方は是非ご利用ください。	おいらせ町 中央公民館 14:00～16:00	要予約
22日	手作業ボランティア	施設で使用する新聞の折りたたみをします。その他にも室内で出来るようなボランティア活動を皆さんで考えてみましょう。	はちサボ 14:00～15:00	不要な 新聞持参
26日	はちサボ通信を 作ろう①②	毎月発行の「はちサボ通信」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イラストを入れたり、文書作りが好きな方、初心者でもPC操作が好きな方におススメです。①または②だけの参加でも大丈夫です。	はちサボ ①10:30～12:00 ②13:30～15:00	①定員5名 ②定員5名
26日	就活の基本 ～就活の事前準備～	就職活動には事前準備が大切です。一般的な事前準備から業種別に異なる事前準備、自己PRにつながる自分自身を知ることの大切さなど、就職活動に必要な事を学ぶことができます。	八戸ニューポート 13:30～15:30 はちサボ集合13:15	定員10名
27日	中止 企業見学会 ～多摩川精機株式会社～	求職者と青森県内の企業をつなぐ企業見学会です。企業見学会では、事業所を直接訪問。職場を見学しながら仕事内容の説明を聞き、お仕事への理解を深められるイベントです。	多摩川精機株式会社 13:30～14:30 はちサボ集合12:30	要予約
28日	お便り発送作業	皆さんと作成した「はちサボ通信」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いたお便りを受け取る利用者さんも心待ちにしています。また、はちサボ内の掲示物の貼り替え作業も行います。	はちサボ 10:30～12:00	定員6名
28日	中止 職業訓練制度説明会	訓練施設の担当者から職業訓練内容と制度について、詳しく説明を聞くことができます。※本説明会への参加には、はちサボに事前申込が必要となります。	八戸地域職業訓練センター 14:00～16:00 (受付13:30) はちサボ集合13:15	はちサボに 事前申込必要
31日	コミュニケーションセミナー ～マイクラフト～	パソコンでマイクラフトというソフトを使用し、創作物を一緒に考えたり、役割分担を決めながらみんなで一つのものを作り上げるという共同作業をします。パソコンが苦手な方でも操作は簡単ですので、もの作りを体感してみましょう。	はちサボ 13:30～15:00	定員3名

※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、ご参加いただけない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。