



※各プログラムの詳細は裏面で確認してください。

※予定は変更になる場合もあります。

日	月	火	水	木	金	土
(5/29)	(5/30)	(5/31)	1	2	3	4
休館日					農業体験 9:00~11:45 (8:45集合)	
	5	6	7	8	9	10
休館日	朝からボランティア 9:00~9:30		美文字セミナー 10:00~11:30		農業体験 9:00~11:45 (8:45集合)	
		ビジネスマナー ~気遣い・心遣い について~ 13:30~14:30	無料出張相談 南部町 健康センター 14:00~16:00	求人検索を しよう! 14:00~15:00 (13:40集合)	無料出張相談 階上町 階上町役場 10:00~12:00	
12	13	14	15	16	17	18
休館日	朝からボランティア 9:00~9:30	プランナーセミナー ~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	パソコン講座 ~初めての プログラミング~ 10:30~11:30	農業体験 9:00~11:45 (8:45集合)	
		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	パソコン講座 エクセル ~数式・関数~ 13:30~15:00	求人検索を しよう! 14:00~15:00 (13:40集合)		はちサポ交流会 ~ペーパークラフト バック作り~ 13:30~15:00
19	20	21	22	23	24	25
休館日	朝からボランティア 9:00~9:30	パソコン初心者講座 ~気軽にポスターを 作ってみよう~ 10:00~11:30	創造力アップ セミナー 10:00~11:00	はちサポ通信を 作ろう 10:30~12:00	農業体験 9:00~11:45 (8:45集合)	
		無料出張相談 三沢市 勤労青少年ホーム 14:00~16:01		コミュニケーション セミナー ~ディスカッションで 盛り上がりよう~ 13:30~15:00	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)	手作業ボランティア 14:00~15:00
26	27	28	29	30	(7/1)	(7/2)
休館日	朝からボランティア 9:00~9:30	お便り発送作業 10:30~12:00		コミュニケーション セミナー マイクラフト 10:00~11:30		
			天聖寺住職 による法話 13:30~14:30 (13:15集合)	ビジネスマナー ~いろんな場所で使 える思いの伝え方・ 受け取り方~ 13:30~15:00 (13:10集合)		



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
3・10・17・24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。収穫に向けて作物を育てましょう。 ※天候により内容が変更になる場合があります。	長者地区畑 9:00~11:45 はちサポ集合8:45	汚れても良い服装・タオル・長靴・軍手・帽子・飲み物 定員6名
6・13・20・27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。	はちサポ 9:00~9:30	タオル・軍手 帽子・飲み物 など
7日	ビジネスマナー ～気遣い・心遣いについて～	仕事に就くと多種多様な場面に直面することもあります。自然と気遣いや心遣いができるように、普段の生活の中から身に付けていきましょう♪	はちサポ 13:30~14:30	定員6名
8日	美文字セミナー	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。	はちサポ 10:00~11:30	定員4名
8日	無料出張相談 南部町 健康センター	南部町で、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。	南部町 健康センター 14:00~16:00	要予約
9・16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 はちサポ集合13:40	定員3名
10日	無料出張相談 階上町 階上町役場	階上町で、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。	階上町 階上町役場 10:00~12:00	要予約
14日	ブライナーセミナー ～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。軽度なりラックス運動もあります、是非ご参加ください。	はちサポ 13:30~14:30	定員6名
14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。	十和田市 南コミュニティセンター 14:00~16:00	要予約
15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。	はちサポ 10:00~11:30	定員5名
15日	パソコン講座 エクセル ～数式・関数～	関数を使う事で、業務効率を改善できる事がたくさんあります。事務処理やデータ処理等を素早く、正確に行えるExcelの関数をマスターして今後に活かせるスキルを学びましょう！	はちサポ 13:30~15:00	定員4名
16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に聞こえますが、初心者でも理解できるソフトを使用し学びます。	はちサポ 10:30~11:30	定員5名
18日	はちサポ交流会 ～ペーパークラフトバック作り～	※はちサポでの活動内容を知っていただくための交流会です。 ※お子様と一緒に、お母さんやお父さんだけの参加も大歓迎です。 はちサポの活動を実際に感じていただくため、みんなでコミュニケーションをとりながら今回はペーパークラフトバンドのカゴバック作りに挑戦します。	はちサポ 13:30~15:00	定員6名
21日	パソコン初心者講座 ～気軽にポスターを作ってみよう～	パソコンには興味があるもけど何が出来るの？いまさら恥ずかしくて聞けない。他の人のペースについていけないので自分のペースで学びたい。など、初心者のお悩み解決！少数定員でポスター作りに挑戦してみませんか？	はちサポ 10:30~11:30	定員2名
21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。	三沢市 勤労青少年ホーム 14:00~16:00	要予約
22日	創造力アップセミナー	物事をいろいろな角度から見ることや感じることにによって、新たな価値感や可能性につながる場合があります。その可能性を見出すヒントを得ることができるかも♪	はちサポ 10:00~11:00	定員6名
23日	はちサポ通信を作ろう	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イラストを入れたり、文章作りが好きな方、初心者でもPC操作が好きな方におススメです。	はちサポ 10:30~12:00	定員5名
23日	コミュニケーションセミナー ～ディスカッションで盛り上がりよう～	一つのテーマをみんなでディスカッションしてみましょう(^)/人それぞれの考え方やおもしろい発言から新たな自分に気づくことができるかも？気軽に参加してみてください。	はちサポ 13:30~15:00	定員6名
24日	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、はちサポ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) はちサポ集合13:15	はちサポに 事前申込必要
24日	職業体験セミナー ～商品仕分け作業～	就職先の業種によっては商品仕分け作業の仕事もあります。多種多様な商品を指示によって仕分けする作業の体験ができます。	はちサポ 14:00~15:30	定員6名
25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。	はちサポ 14:00~15:00	不要な 新聞持参
28日	お便り発送作業	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、はちサポ内の掲示物の貼り替え作業も行います。	はちサポ 10:30~12:00	定員6名
29日	天聖寺住職 による法話	仏教の観点から「人生について」住職が分かりやすくお話ししてくれます。生きるための元気がどんどん湧いてきます。	天聖寺 13:30~14:30 はちサポ集合13:15	定員5名
30日	コミュニケーションセミナー マインクラフト	パソコンでマイン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。	はちサポ 10:00~11:30	定員3名
30日	ビジネスマナー ～いろんな場所で使える思いの 伝え方・受け取り方～	意思疎通の必要性を学ぶことができます。 ・ビジネスでも重要な意思疎通について ・意思疎通を誤った場合の弊害について ・ビジネスにおける意思疎通の仕方について など	八戸ニューポート 13:30~15:00 はちサポ集合13:10	定員10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。