

はちのへサポステ通信 Vol. 24

はちサポは若者の「自立」と「就労」を支援します！

発行日：平成27年2月1日

2月のおすすめセミナー

J M T C P C セミナー

2日（月）13:00～17:00

メンタルコーチングセミナー

7日（土）13:30～16:30

演劇コミュニケーションセミナー

19、20日（木、金）10:30～16:30

17日（火）フリースペースの

時間を設けます。利用者さん

が自由に趣味に関するセミナ

ー、雑談、個人での読書等に

ご利用頂けます。

無料出張相談

2月26日（木）

三沢市勤労青少年ホーム2F

13:00～16:00

電話予約をお願いします。

当日は直接現地まで

お越しください。

はちのへ若者サポートステーション

（運営団体：NPO 法人ワーカーズコープ）

住所 青森県八戸市十三日町4-1-1F

TEL 0178-51-8582 FAX 0178-51-8583

E-mail hachisapo@roukyou.gr.jp

HP <http://hachisapo.roukyou.gr.jp/>



はちサポート通信

vol.24



職場体験 坐禅セミナー



住職さんの貴重な法話を拝聴した後、坐禅を体験しました。最初は緊張しましたが、心を動かさない事に集中しました。

新聞に親しもう

全国新聞は讀賣と朝日、県内新聞はデーリー東北と東奥日報の計4紙を使い、スポーツや出来事などいろんなニュースに注目し、改めて新聞のすごさを知りました。



アロマレクリエーション

講師の方に来て頂きアロマを使って自分でハンドクリームを作りました。アロマの香りにはいろいろな効能がある事を知りました。

とても楽しい時間でした。



日本の地理を学ぼう



都道府県や県庁所在地、各地のゆるキャラなど、ゲーム感覚で地理を学ぶことができ、とても楽しかったです。

職業人講話&お仕事体験

水彩画家編 in はっち

講話では、先生がどのような人生を歩み、どのように墨彩画家になったのか、勉強させて頂きました。その後、今年の干支・羊の描き方も教えて下さり、絵の講義は楽しかったです。



コミュニケーションセミナー

～アサーティブな表現法～

自分の考えを正直・率直・積極的に上手く表現し、相手の気持ちも理解して伝えるアサーティブな表現について教わりました。学んだことをしっかり身に付けていきたいです。

