

# はちのへサポステ通信

Vol.27

はちサポは若者の「自立」と「就労」を支援します！

## ★はちサポでできること★

- ・ 相談支援 仕事に関する相談、アドバイスをしてもらえます。
- ・ ところの相談 仕事以外の心の悩みを臨床心理士の先生に相談できます。
- ・ 各種セミナー 利用者同士との交流ができるものや就職に役立つものまで、内容は様々です。
- ・ 履歴書添削 履歴書の間違いを直してくれたり、書き方のアドバイスを受けることができます。
- ・ 面接練習 ロールプレイ形式で面接の練習ができ、緊張感を味わい、対策をうつことができるので自信を持って本番に臨めます。
- ・ 職場見学 実際に職場の中を見学し、現場の雰囲気、環境を身近に感じてもらいます。
- ・ 職場体験 興味のある、気になる仕事を体験し、職業選択の幅を広げます。
- ・ 職場定着支援 仕事について後でも職場での悩みや今後について相談できます。



## 平成26年度人気セミナーランキング(ベスト5)

|          | 年間の合計(人) | セミナーの回数 | 平均 | 全体比(%) | 順位 |
|----------|----------|---------|----|--------|----|
| フリースペース  | 36       | 2       | 18 | 40.0   | 1  |
| 話し方セミナー  | 15       | 1       | 15 | 16.7   | 2  |
| 値札のないバザー | 14       | 1       | 14 | 15.6   | 3  |
| 人生設計     | 13       | 1       | 13 | 14.4   | 4  |
| 自信を持つ秘訣  | 12       | 1       | 12 | 13.3   | 5  |
| 合計       | 90       |         | 72 | 100.0  |    |

26年度のはちサポセミナーを人気順に集計してみました。フリースペースが堂々一位！！これからもみなさんのために多くのセミナーを実施していきますので是非参加お待ちしております。



## ★スタッフ紹介★

はじめまして、中村里香なかむらりかです。私の好きな事は、おいしい食べ物（お店やコンビニフードでも）を絶えず探す事と、戸外に飛び出しておいしい空気を吸う事です。おいしい食べ物情報がありましたら、ぜひ教えて下さい。主に相談とセミナーを担当いたします。皆さんと一緒にいろんな事を覚えて成長していきたいと思いますので、どうぞよろしくお願い致します。

## ★お知らせ★

屋上農園「13ファーム（サーティンファーム）」が開墾いたしました。昨年7月から始めました屋上農園を今年度も行います。24日の開墾式では土づくりと肥料まき、地二を植えました。来月は本格的に苗を植える予定です。見た目にも味にもこだわり商店街である十三日町のプラント野菜を生産したいと考えております。それを七夕祭りや歩行者天国で販売し、地域の人にも食べていただきたいと思います。





# はちのへサポステ通信 vol.27

4月8日

## 就活セミナー～準備と心得～

仕事に不安に思っている事を話し合い、そこからどうなればいいかを意見しました。セミナーでは面接官の立場になって自分がどう見えているのかを考えました。



4月14日

## 第一印象を変える秘訣



洗顔もただクリームつけ顔を洗うのではなく、手に付け泡立つくらいまで擦り、泡になった時洗顔すると肌にとっても良いことだとわかりました。



4月16日

## 体を動かそう～ランニング編～

長根運動公園で、皆でジョギングをしました。今回は、桜が咲いていて気持ち良かったです。運動の機会が少ない方など、自分のペースで体を動かせるので参加してみませんか？気分転換になりますよ☆



4月20日

## ちょっと話して行こう

新しく来た方やいつも話している方とか関係なく、楽しく話す事が出来ました。話の中で趣味や興味が他の方と一致した時もあり、共感出来ました。知り合いも徐々に増えて、ここに来て良かったと思いました。



## 最近のようす

### ～利用者より～

前から利用していた方が徐々に仕事や学校に通い始め、それと同時に新しい人が入ってきて雰囲気も変わり始めました。来てみようか悩んでいる方は入りやすいと思いますよ！

### ～スタッフより～

26年度はちサポ実績  
来所者数 4134名  
相談件数 2868件  
登録者数 203名  
進路決定者 137名

