

# はちのへサポステ通信 Vol. 35

はちサポは若者の「自立」と「就労」を支援します！

## “明けましておめでとうございます”！



### やまきさん

利用者の皆さん、明けましておめでとうございます。昨年、自分自身に起きた様々な事、それ全部を「経験」に変えて今年一年にぶつけていきましょう。それでは今年も一緒に色々とやっていきましょう！



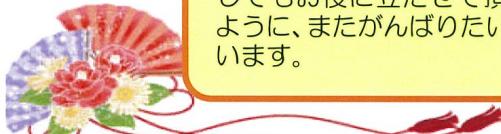
### いしばしさん

あけましておめでとうございます。皆様にとりまして心暖まる出来事があります様願っております。



### なかむらさん

皆さま、今年もどうぞよろしくお願ひします。はちサポに来て皆さんと接する事ができて、私自信が励まされたり元気をもらっていました。今年は、今度は私が皆さんの元気の為に、少しでもお役に立てて頂けるように、またがんばりたいと思います。



### たわらやまさん

あけましておめでとうございます。昨年は自分にとって飛躍の年であり、充実した一年でしたが自分の弱さ、足りない部分が見えた年でもありました。皆さんも目標を持って何かに取り組むことで多くの事を学び、成長できると思います。今できる事今しかできない事を一つずつこなし、自信と経験を身に付けていきましょう。今年も笑顔と活気あふれるサポステをよろしくお願いいたします。



### みうらさん

皆さんと会って、あっという間の一年でした。2016年も色々なセミナーを開催し皆さんと共に成長していくべきだと思っております。キャリア相談や面接練習、ちょっとした悩み事なども時間が合えば、いつでも気軽に声をかけて下さいね。これからまた一年間、就職活動のちょっとしたお手伝いをさせて頂けたら嬉しいです。



## 『JMTCセミナー 求職活動のプロセス』に行ってきました！

全3回の今回は2回目のセミナーで、更に具体的な就活に向けての事や、仕事に就いてから役立つ内容もありました。『面接の重要性』では、「目的意識、仕事への意欲、コミュニケーション能力、が評価のポイントになる」ことや「雇用者と求職者双方が相互理解を深める対等なプロセス」である事を知りました。そして実践編では、PCを使いオリジナル名刺を作り、実際に名刺交換を行いました。職業人になってから行うことが多いことなので、実際にやってみてどういうものか、またそのタイミングなどを体験することが出来ました。座学だけではなく、就活に役立つ実践的なことを行うことで、更に具体的に仕事についてのイメージが出来、取り入れることが出来ると思います。最終回の来月、「3Dプリンタで自己表現をしてみよう！」も、実践的に就活に役立つ内容になっていますので、ぜひご参加ください！



### おすすめ！セミナー

#### ★はちサポ自立塾～調理編～★

1日(木) 10:30～12:00

#### ★清掃セミナー「理論編」「実践編」★

12日(月) 10:00～12:00 & 13:30～15:00

#### ★JMTCセミナー「3Dプリンターで自己表現をしてみよう」★

14日(木) 13:30～16:30

#### ★心理学の観点から自分を知ろう★

22日(金) 13:30～15:00



生活に役立つものや、就活、メンタル系に至るものまで、バラエティに富んだ内容が盛りだくさんです！一年の始年にぜひ！心もからだも新鮮に、取り組んでみませんか…？



### 利用者さんから一言！！

・サポステに来るようになって、相談にいつものてくれる人がいて、親に言えないこともここでは言えて、いつも支えてくれる人がいるから、サポステに来てよかったと思っています。 Tさん

・現在ハローワークに通いながら就職活動を行っています。これまで職歴と言えるものもなく、不安を抱えながら日々を過ごしてこちらのはちサポにお世話になっていました。こちらでは主に履歴書、職務経歴書の添削をして欲しい時にお世話になっています。どんな職業についていいかわからない、そういう人の相談にものってくれる他にはない場所なので、これからもどんどん活用していきたいです。 M

### 無料出張相談

遠方でなかなかはちサポまで来られない方、スタッフがお近くまで伺いますので、ぜひご相談下さい。

21日(木) 13:00～16:00

十和田勤労青少年ホーム





～ この通信は、利用者さんも作成しております！ ～

## 漢字一文字で今年を表してみよう！

今年あった出来事や、漢字クイズなどを行って楽しかったし、今年の問題についてとても勉強になりました。また、漢字は創造力を鍛えられるような気がしました。このセミナーを漢字一文字にすると、自分的には「閃き」力ナ？！



## 面接対策セミナー



高校受験や専門学校受験の面接、会社入社採用試験の面接でもドアノックは今まで2回と教わってきたのですが、サポートステーションのセミナーではドアノックは3回が基本だということを学びました。あと、面接での控え室でのマナーで、携帯、スマホの電源はマナーモードではなく、電源そのものをOFFにすることも学びました。

セミナーの講師をしてくださったのは、応援センターの古川さんです。今回のセミナーは、これからキャリア選択をする上で、自分を見つめ直す良い機会になりました。その中で、「好きな事」「出来る事」「大切な事」を念頭に職業選択を行うべきだというお話を感銘しました。

## 自己理解セミナー

これからはただ出来そうだからという理由で応募するのではなく、興味を持って意欲的に取り組める仕事に就けるよう努力していくたいと思います。



## はしきみ農業報告会



1年を通して参加した農業体験を皆さんとスライド等で振り返り、懐かしく楽しいセミナーでした。来年の農業体験へ向けての様々な意見があったので、それを踏まえてさらにより良い野菜作りを皆さんと共に出来れば良いなと感じました。

・何度も転職しても、人生やっていけると思いました。あとは自分でこれをやり続けていけばどうかになるだろうと思いました。

## 職業人講話～キャリアカウンセラー編～

・人とのつながりを大切にすることと、最終決定をするのは自分だということを学びました。  
・これからは、失敗があっても次はうまくいく、と思って生活を送っていきたいと思いました。



## はちサポを飾ろう！～クリスマス編～

・このセミナーに参加して、クリスマスマードになってきたなあと改めて感じました。サポステでの飾り付けに初めて参加しました。ツリーや天使など、前のバイト先や学校で学んだ経験が生かされました。クリスマス会でいろんな人に楽しんでもらえたら嬉しいと思います。

・ツリー型と、枝・プレゼント箱を持っている天使の型を使うときスタッフさんが前もって使ってくれた型紙を別の画用紙に鉛筆で形を写し、その後はさみやカッターで切りとり、ギザギザなどの細かい部分もきれいに切りとることができました。

