

サポステ しおじり若者サポートステーション 2017年 7月の予定

日	月	火	水	木	金	土
		しおじり若者サポートステーション CAN 火～土 9:30～17:30 *日・月・祝日休み 〒399-0706 塩尻市広丘新田 282-2 電話:0263-54-6155 FAX:0263-87-1375 ホームページ http://shiosapo.jpn.org/ ブログ http://blog.goo.ne.jp/shiosapo メール can@shiosapo.jpn.org NPO法人ジョイフルが長野労働局より委託を受け行う「地域若者サポートステーション事業です。 働くことに悩む 15～39 歳の若者の支援を行っています。☎サテライト『いな若者サポートステーション』(伊那市山寺 1851-1 福沢ビル 2 階/電話:090-8476-6210/火・木・土 10:30～16:30)				1
2	3	4	5	6	7	8
		朝活:コミュニケーション 10:00～12:00 PEPORA 説明会 11:00～11:30 パソコン講習・1-④ 13:00～16:30 *予約制	就活くらぶ 10:30～12:00	朝活:写経 or パズル 10:00～12:00 パソコン講習・1-⑤ 13:00～16:30 *予約制	SP⑥ 説明会 13:00～13:30 昼活:新聞 13:00～15:00 社会人トーク 14:30～16:00 *要予約	
9	10	11	12	13	14	15
		朝活:軽運動 10:00～12:00 パソコン講習・5-① 13:00～16:30 *予約制	得する書類作成術 13:00～15:00 *要予約 ポスター&チラシ授 賞式 15:30～16:30 ポスター&チラシデザイン 入賞作品の授賞式 お時間の ある方にご参加下さい。	朝活:音楽 10:00～12:00 SP⑥ 説明会 11:30～12:00 ピアカン 13:00～15:00 パソコン講習・5-② 13:00～16:30*予約制	SP⑤スタート日 9:30～15:00 伝えるスキル講座 13:00～15:00	
16	17	18	19	20	21	22
	海の日	朝活:読書 or めりえ 10:00～12:00 PEPORA 説明会 11:00～11:30 パソコン講習・3-① 13:00～16:30 *予約制	就活くらぶ 10:30～12:00 体感! 初歩の面接 13:00～15:00 *要予約	朝活: CW&音読 10:00～12:00 パソコン講習・3-② 13:00～16:30*予約制 仕事力発見ワーク ショップ 13:30～15:30	親睦会(しんぼくかい) ・バーベキュー 10:30～15:00 *要予約	保護者相談会 *予約制
23	24	25	26	27	28	29
30	31	朝活:写経 or パズル 10:00～12:00 パソコン講習・3-③ 13:00～16:30 *予約制 コミュ&マナ講座② 13:30～15:30		朝活:新聞 10:00～12:00 パソコン講習・3-④ 13:00～16:30 *予約制	一般職業適性検査 (GATB・ガトブ) 13:30～15:00 *要予約	

☆「ステップアップ就労プログラム (SP)」・「朝活・昼活」に参加する場合は、平成 29 年度『スポーツ安全保険』へ加入して下さい。活動中のケガや事故等を補償します。(来年 3 月末まで有効)。手数料込 2,000 円、手続きはスタッフが行います。

*サポステを利用している皆様に、『サポステ・就職活動記録』を記入していただくこととなりました。日々の活動内容を記入していき、持ち帰って見直すことができるものです。順次配布する予定です。くわしくは、スタッフまでお問い合わせください。

◇ 講座の内容・お知らせ ◇

得する！ 書類作成術	7月12日(水) 13:00～15:00	*要予約 7/11(火)まで *持ち物:筆記用具 記入済履歴書
	履歴書など応募書類の作成の仕方を見直してみませんか? 「仕事をしていない期間はどうか記入する?」などの疑問・不安を解決し、自信を持って就活しよう! 講師は浅倉 *要予約 *持ち物:筆記用具、あれば記入済履歴書 (毎回同じ内容です)	
ピアカン (ピアカウンセリング)	7月13日(木) 13:00～15:00	申し込みは必要ありません *参加費 100 円
	参加費:お茶菓子代 100 円 ピア=仲間(なかま)。悩みを持つ仲間同士で話しをしたり聞いたりしていやされる会。最初の 15 分間はルールの説明をします。担当は樋口	
伝えるスキル 講座	7月14日(金) 13:00～15:00	申し込みは必要ありません *持ち物:筆記用具
	自分の事をわかりやすく伝える、人前で発表することに慣れるための講座です。いろいろなテーマの中から一つ選び、短くまとめてそれぞれ発表し、仲間と一緒に考えます。	

体感！ 初歩の面接	7月19日(水) 13:00~15:00	*要予約 7/18(火)まで *定員4名 *持ち物:筆記用具
	「面接を受けたことない。不安…」「受けただけ、うまくいかなかった…」方にオススメ！ 仕事に応募するときの面接のやりとりを実際に体感し、見直してみよう！講師は浅倉 *要予約・定員4名(定員になり次第しめきり) *持ち物:筆記用具(毎回同じ内容です)	
仕事力発見 ワークショップ	7月20日(木) 13:30~15:30	申し込みは必要ありません *持ち物:筆記用具
	目的:自分の仕事力(強み)を発見する 仲間と一緒に考えるグループワークを通して、 自分の「仕事力」(得意なことなど)を見つけます。それをもとに具体的なエピソードを 作成し、面接のときなどにアピールできるよう取り組みます。 持ち物:筆記用具	
親睦会・ (しんぼくかい) バーベキュー	7月21日(金) 10:30~15:00	*要予約 7/15(土)まで *参加費 800円前後
	サボステの庭でバーベキュー！ 目的:積極的に話しかけ周りの人とコミュニケーション をとる。自分から進んで作業をする。係を決め皆で協力する。*持ち物:参加費800円 前後、日よけ用タオル・帽子など *要予約 *スポーツ安全保険に加入して下さい	
コミュニケーション & マナー 講座②	7月25日(火) 13:30~15:30	申し込みは必要ありません *持ち物:筆記用具
	就活や職場、ふだんの生活で役立つ講座です。②は「職場でのあいさつ」「様々なシーン で使う言葉づかい」。とっさのときに使える言葉を覚えておくに便利です！ ①~③まで ありますが今回だけの参加もOK！(③は9月予定)講師は野澤。持ち物:筆記用具	
一般職業適 性検査 (GATB・ガトブ)	7月28日(金) 13:30~15:00	*要予約 7/27(木)まで *定員5名 持ち物:鉛筆2~3本
	「自分に合う仕事って? 得意・不得意は?」適性検査で自分に向いている職種を知ると、 求人検索、応募活動がしやすくなります。検査はスタッフが担当し、結果が出るまで数日か かります。*要予約・定員5名(定員になり次第しめきり) *持ち物:えんぴつ2~3本	

*社会人トークは、サボステの利用を経て就労し、現在就業中の方が対象の講座です。

社会人トーク	7月7日(金) 14:30~16:00	*要予約 7/6(木)まで
	対象:サボステの利用を経て就労した方 職場での出来事や、不安なことを話す息抜き の会。「仕事を始めたけど、まだ不安がある…」方にオススメ! *要予約	

『朝活』『昼活』(あさかつ・ひるかつ) *サボステの登録、参加申し込み、スポーツ安全保険への加入が必要で

決まった日時に活動することで、生活リズムの改善を目指します。サボステで活動を始める第一歩としてオススメです。内容は、ラ
ジオ体操・ボランティア(ゴミ拾いなど)・個人の活動(自習)・共同活動。朝活か昼活のどちらか、または両方参加してもOKです。

	体操・ボランティア	休けい・自習	共同活動
朝活(火・木)	10:00~10:30	10:30~11:00	11:00~12:00
昼活(金)	13:00~13:30	13:30~14:00	14:00~15:00

朝と昼で活動する時間帯が違いますが、内容は同じです。事前に参加する日にち等について相談し計画を立てます。スタッフにご相談下さい。

ステップアップ就労プログラム(SP) 説明会 SPは、実際の職場での仕事体験を含む6週間程度の就労トレ ーニング。スタッフや仲間と一緒に、作業や座学を通して就労をめざします(定員3名)。まずは説明会にご参加下さい!

☆SP第6弾(SP⑥)の説明会 7月7日(金) 13:00~13:30・7月13日(木) 11:30~12:00

*説明会の予約は必要ありません。毎回同じ内容です。都合の良い日にご参加ください。 *SP⑦は、10月に行う予定です。

SPの流れ→	説明会	しめきり	個別相談	オリエンテーション	実習スタート
SP⑤	説明会に参加	7月7日(金)	7月11日(火)	7月14日(金)	7月15日(土)
SP⑥	説明会に参加	7月25日(火)	7月28日(金)	8月2日(水)	8月5日(土)

PEPORT(ペポート)説明会 開催! 7月4日(火) 11:00~11:30・7月18日(火) 11:00~11:30 ペポ ートは、ジョイフルが実施している有料の就労訓練です。SPより長期的に実習を続けることができます。まずは説明会にご参加下さい!

就活くらぶ 対象:サボ登録後、就職活動をしている・始めようとしている方 就活がめんどくさくなったり、応募する勇気が出
なくて就活の歩みかたにぶったりしていませんか?「就活くらぶ」は、仲間と情報共有して自分の就活にいかし、力に変えていく場です。

7月5日(水) 10:30~12:00 “やさしい就活! はじめの一步” 就活の流れ、就活の疑問・不安・悩みの解消 就活を始めよう
と知っているけど、何をすればいいかわからない…まずは一歩ふみだしてみよう!

7月19日(水) 10:30~12:00 “業界・企業・職種について” 興味がある業界はありますか? 就きたい職業はありますか?
「自分の適性がわからない」…ときは、職種から見てみましょう!

☆申し込みは必要ありません。スタッフ(キャリアコンサルタント)がサポートします。お気軽にご参加ください。

Windows10で学ぶ 若者UPプロジェクト **パソコン講習5:Excel活用/パソコン講習3:HTML**(イイ・ティ・I・H・I・H)
講習5では、VLOOKUP 関数・ピボットテーブル・マクロ・VBAの基礎を学びます。講習3では、WebMatrix(ウェブマトリックス:
ウェブサイト構築ツール)を活用したホームページ作成、WordPress(ワードプレス:ブログ・コンテンツ管理システム)の基本を学びます。

内容	日程	時間
講習5・Excel活用	7月11日(火)・13日(木)	各 13:00~16:30
講習3・HTML	7月18日(火)・20日(木)・25日(火)・27日(木)・8月1日(火)	各 13:00~16:30

☆会場:サボステ ☆受講資格:サボステ登録済みの方、パソコンの基本操作ができる方 ☆受講料は無料です

☆問い合わせ&申し込み:しおじり若者サポートステーション ☆しめきり:講習5 *7月4日(火) 講習3 *7月11日(火)

若者UPプロジェクトは、日本マイクロソフト株式会社と協働し、若者の就職活動をサポートする事業です。

講座・相談等のお問い合わせ&お申し込みは…電話:0263-54-6155 *電話をかけるときは、まず氏名・用件をお話し下さい!
「サボステを利用している〇〇です。」「相談の予約(変更)をしたいのですが」「〇〇講座に参加したいのですが」と用件を伝えよう