

# あゆむくん通信

ちば北総地域若者サポートステーション  
〒286-0044  
千葉県成田市不動ヶ岡1113-1 成田市勤労会館2F

TEL: 0476-24-7880  
FAX: 0476-37-6845



令和4年3月23日  
第2版 発行

## サポステからのお知らせ

コロナウイルス感染防止として 引き続き以下の内容で対策を行います。 **北総サポステを利用される皆さんは徹底をお願いします。**

- ①来所前に自宅で検温：37度以上の場合利用できません
  - ②健康状態の確認：咳、鼻水、倦怠感等風 風邪に似た症状がある場合はキャンセルをしてください
  - ③マスク着用
  - ④来所時に手洗い、手指消毒を必ずしてください
  - ⑤使ったものをきれいにしてから退室をしてください
- みんなが安心して利用できるように 協力をお願いします！

講座に参加される場合は 以下の内容で予約してください。

・ホワイトボードに記名又は 前日17時までに電話で連絡をお願いします。

前日が 土日祝祭日の場合は前々日までに連絡をお願いします。

- ・当日 参加希望の場合は電話でのみ参加を受け付けます。
- ・キャンセルの場合は 早めに連絡をお願いします。
- ・自宅で検温、体調チェックを行い 熱がないこと、体調がいい場合でのみ参加してください。

スケジュールに記載されている内容は 場合により変更になる可能性があります。 その場合には ブログ・コミュニティスペースにてご連絡しますので 確認をお願いします。

## サポステからのお知らせ

現在、サポステを装った不審なメール(なりすましメール)が発信されていることが確認されておりますのでご注意ください。

万が一、不審メールを受信した場合は、添付ファイル等を決して開かず、メールごと削除をお願い致します。(不審メールに記載されているURLにアクセスしたり、添付されているファイルを開いたりすると、コンピュータウイルスに感染するおそれがあり、PCに保存されている個人情報などを不正に取得されてしまうおそれもあります)

不審メールに関する詳細な情報は以下のサイトより確認頂けます。

・警視庁サーバーセキュリティad資料  
[https://www.keishicho.metro.tokyo.lg.jp/kurashi/cyber/CS\\_ad.html](https://www.keishicho.metro.tokyo.lg.jp/kurashi/cyber/CS_ad.html)

・情報処理推進機構

<https://www.ipa.go.jp/security/announce/20191202.html#L18>

## 農園だより

サポステ農園にも 春が訪れそうです🌸

大根が思ったように大きくならなかったのでも ホウレンソウやニンジンなど春野菜を育て始めました♪ 春野菜は 柔らかくておいしく食べることが出来るので 収穫が楽しみです(^\_^)

農園には 大きな桜の樹が何本もあります。3月の終わり~4月の初め位にはキレイな桜が見れそうです♪ 農作業おわりに すこ~しお花見しようかな?と考えています★ 詳細決まったら ご連絡しますね(^\_^)/

コロナウイルスの感染拡大の為 農業体験では**参加者を3名**とします。自力で畑に来れる方は含みません。参加 お待ちしています。



〒286-0044

千葉県成田市不動ヶ岡1113-1

成田市勤労会館内2F

TEL: 0476-24-7880

Email: [hys@hokusou-saposute.jp](mailto:hys@hokusou-saposute.jp)

開所時間 10:00~17:00

開館日 月~金(土日祝日除く)

HP→<http://hokusou-saposute.jp>

最新の情報はブログでお知らせ!



HPをCheck!!



# スケジュール

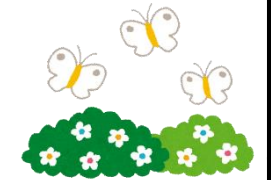
# 4月

状況によっては 変更・中止する場合があります。

イベント・講座	内容
仕事力発見ワークショップ	グループワークを通して、自分の仕事力(強み)を具体的なエピソードとして伝えられるように取り組んでいきましょう!!(自己PRがうまく書けない人参加しましょう。)
ホンキの就職	悩む者同士、みんなで就職への一歩を踏み出してみませんか? 全4日間で応募まで目指します! ※希望者は声がけてください
1分間スピーチワークショップ(面接対策)	1分間スピーチは、就職面接と同じで、その場で出されたテーマに臨機応変に答える対応力が求められます。練習で慣れておけば面接本番も怖くない!!
ハローワーク出張相談	月1回。サポステスタッフが、ハローワーク成田にて出張相談をしています。ハロワの使い方等、ご希望に応じて対応します。(原則予約制)
<b>▼ 体験</b>	
物流会社 職場体験	物流会社にて、箱の組み立てやラベル貼り等の軽作業体験が出来ます。(成田市) 毎週金曜日 10:00~16:00 定員4名(自力で行ける方は相談) ※詳細はスタッフ迄
ボランティア体験	ケアハウス内の清掃、イベントのポップ作り、書類整理等を行います。 毎週 月曜、水曜、金曜 10:00~12:00 東総園(旭市) ※詳しくはスタッフへ
プチ運動	毎週水曜日10:00~12:00軽い運動をします。散歩に行ったり、体操したり。。その日によってメニューが変わります。体動かしてリフレッシュしましょう! 定員4名
農業体験	農園に行き野菜を育てています。参加者が素人なので各野菜について調べながら育て、計画を立て進めています。(自力で農園に行ける方は含みません) 定員3名
社会科見学	匝瑳市にある飯高寺(はんこうじ)に見学に行きます。飯高寺の歴史を調べてから参加すると 面白いですよ! サポステ集合定員3名 現地集合 定員なし
成田山参拝	楽しみにして下さった方がたくさんいるので 成田山参拝行ってみたいと思います! 歩きやすい服で参加してくださいね♪ 定員なし
<b>▼ コミュニケーション講座</b>	
創作deコミュニケーション	創作活動(イラスト、マンガ、アニメ、ゲーム等)を行う人たちが集い、創作活動を通じてコミュニケーションを行うことを目的とした講座です。 定員4名
WELCOMEサポステ講座	サポステでのマナー、使い方等 初めてサポステに来る方やお久しぶりの方を対象にしています♪改めて知りたい方も参加できますよ~(・∀・)ノ ※中止中
ニュースを知ろう	新聞やネットで気になる記事を見つけ、みんなと意見や感想を話し合います。参加者が多い時にはテーマを決め、そのテーマについて話し合うことも! 定員4名
いわしの塗り絵	世界にただ一匹だけの オリジナルいわしを作りましょう!! 塗り絵なので かんたんにできますよ♪ 定員5名
<b>▼ スキルアップ講座</b>	
ペン字講座 (第2金曜日13:00~)	丁寧に書くと、自然に「キレイな字」に見えちゃう♪ 必要なのはボールペンのみ! 履歴書作成にも☆お気軽にご参加ください! 定員4名
ダーツ講座 (月曜13:00~)	世界大会も開催されるほど人気のダーツ。集中力アップにもつながりますよ。初心者の方には ルール等丁寧に教えますよ♪
PC教室(定員4名) (木曜 13:00~)	PCの基本操作やワード、エクセルなどを学びます。パワーポイント作成もできますよ! 初心者の方にも講師が一から教えます~完全予約制です。
脳トレ(定員4名) (最終週水曜 11:00~)	毎回 いろいろなジャンルから問題が出ます。おもしろ♪ たのしく♪ 脳の活性化をしましょう♪

日	月	火	水	木	金	土
3/27	28 ●農業体験 10:00~12:00 ◆ダーツ講座 13:00~14:00 ※心理相談日 13:00~16:00	29 ▲ウォーキング@成田市 10:00~12:00	30 ▲トレッキング@香取市小見川城址公園 10:00~13:00 ※心理講座 13:00~14:00	31 ★PC教室 13:00~14:00	4/1 ◎職場体験 10:00~16:00	2
	銚子市出張相談(銚子イオン)	香取市(小)出張相談				
3	4 ●農業体験 10:00~12:00 ◆ダーツ講座 13:00~14:00	5 ▲いわしの塗り絵(定員5名) 10:00~12:00	6 □プチ運動 10:00~12:00 ※心理講座 13:00~14:00	7 ★PC教室 13:00~14:00	8 ◎職場体験 10:00~16:00	9
	銚子市出張相談(コミセン)	香取市(小)出張相談			多古町出張相談	
10	11 ●農業体験 10:00~12:00 ◆ダーツ講座 13:00~14:00	12	13 □成田山参拝 10:00~12:00 ※心理講座 13:00~14:00	14 ◆1分間スピーチ 11:00~12:00 ★PC教室 13:00~14:00	15 ◎職場体験 10:00~16:00 ◆ペン字講座 13:00~15:00	16
		香取市(小)出張相談 佐倉市出張相談 印西市駅前出張相談	酒々井町出張相談	富里市出張相談	芝山町出張相談 ハローワーク成田	
17	18 ●農業体験 10:00~12:00 ◆ダーツ講座 13:00~14:00	19 創作deコミュ 11:00~12:00 ○かぞく会 13:00~15:00	20 □プチ運動 10:00~12:00 ※心理講座 13:00~14:00	21 ◆ニュースを知ろう 11:00~12:00 ★PC教室 13:00~14:00	22 ◎職場体験 10:00~16:00	23
	銚子市出張相談(銚子イオン)	香取市(小)出張相談	東庄町出張相談	栄町出張相談	旭市出張相談 多古町出張相談	
24	25 ●農業体験 10:00~12:00 ◆ダーツ講座 13:00~14:00	26 □社会科見学 匝瑳市飯高寺 10:00~13:00	27 □脳トレ 11:00~12:00 ※心理講座 13:00~14:00	28 ★PC教室 13:00~14:00	29	30
		香取市(小)出張相談 匝瑳市出張相談	神崎町出張相談	印西市出張相談		

車で来所される方は 勤労会館駐車場またはサポステ駐車場NO.7, 8, 9, 10に停めてください。記載以外の駐車場には停めないように お願いします。満車の場合には サポステに電話で確認をお願いします。



※都合によりスケジュールが変更になる場合があります。ブログにてお知らせしますので、HPよりご確認ください。