

# 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2年10月23日  
第1版 発行

## サポステからのお知らせ-①

### 新型コロナウイルス感染予防対策の徹底のお願い

5月25日に首都圏の緊急事態宣言が解除されましたが、新型コロナウイルスの脅威はなくなっておりません。

当サポステにおいては、**自粛しておりました面談、プログラム等を6月1日より再開することにいたしました。**（プログラムによっては参加人数を調整いたします。）ただし、当サポステを利用するにあたっては、以下のことをお守りいただきますようお願い申し上げます。

1. 来所にあたり、体温を測って、37度以上ある場合は利用をキャンセル願います。利用管理表に体温の記入をしてください。
2. 来所にあたり、咳などのかぜに似た症状や、味覚・嗅覚異常がある場合は利用をキャンセル願います。
3. 来所にあたっては、必ず「マスク」を着用願います。また、熱中症対策のため、飲料水の持参を推奨いたします。
4. 面談、プログラム等参加中は、むやみに「大声・出さないよう心掛けてください。
5. その他、「手洗い・うがい」の奨励及び「咳エチケット」を順守願います。

以上 宜しくお願い申し上げます。



## サポステからのお知らせ-②

月は集中訓練講座が始まります。その為、通常の講座（プログラム）は変更または中止となります。

### ◆集中訓練講座参加者以外での 参加可能講座◆

- ・ペン字講座 ・心理相談 ・かぞく面談
- ・農業講座（人数制限有） ・職場体験（人数制限有）

上記講座（プログラム）参加希望の方は、前日までにサポステに予約をしてください。

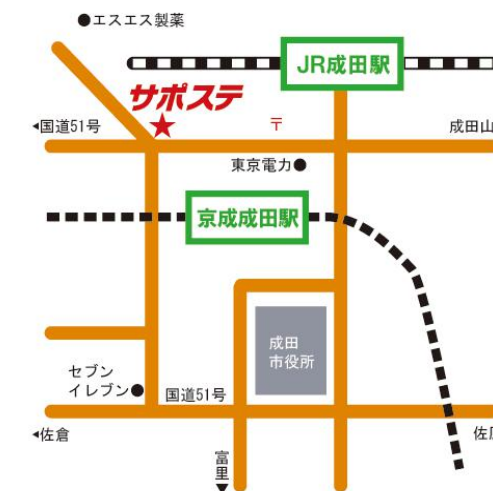
## サポステ農園だより

農園にはコスモスが咲き始め、ススキも見られるようになりました。季節の移り変わりは早いですね。。

畑の景色も さみしくなってきました。 冬がすぐそこまできているかも・・・??

11月の旬の野菜は ネギ・水菜・大根・しいたけ・白菜などたくさんあります。 冬に旬を迎える野菜には 体を温める効果が期待できるものや風邪予防に効果的なもの 消化を促すもの。など 健康的に過ごすためにはもってこい！の野菜が多いです。 冬に鍋料理をするのは そういう理由もあるかもしれないですね

♪ 農業体験 みなさんの参加をお待ちしています!



〒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: [hyss@hokusou-saposute.jpn.org](mailto:hyss@hokusou-saposute.jpn.org)

開所時間 10:00~17:00  
開館日 月~金(祝日除く)

HP→<http://hokusou-saposute.jpn.org>

最新の情報はブログでお知らせ!



HPをCheck!!



# スケジュール

# 11月



| 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!                                       |
| 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)                   |
| ご家族向け講座(かぞく面談)        | ご本人だけではなく、ご家族も悩みを抱えて過ごされているかと思えます。ご家族のお話を伺い、悩みを少しでも軽減していくための講座です。(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3名(自力で行ける方は2名) ※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!        |
| 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。収穫した野菜はみんなで料理して食べたりもしています!      |
| 職場見学説明会               | 今までの見学先や、新たに見学のできる職場の紹介、内容を説明します。心構え等もお話させていただきます。職場見学の申込みも受け付けます。                 |
| <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。                 |
| 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                |
| 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!               |
| FREETーク               | テーマは自由!好きなもの、趣味、気になっていること。。。なんでも話せる場所です。3名以上の参加で 開催します♪                            |
| <b>▼ スキルアップ講座</b>     |  |
| ペン字講座(第2金曜日12:00~)    | 丁寧に書くと、自然に「キレイな字」に見えるちゃう♪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!                         |
| 英語講座(水曜15:00~)        | テキストや写真を使って英文を作る講座です。水曜15:00スタートです。分かりやすく楽しいですよ^^みなさん、お気軽にご参加ください☆                 |
| PC教室(定員5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。                |
| 就労基礎講座                | 就労に向けて1歩前進するための講座(なぜ働くのか、適職診断、応募書類の書き方、面接に向けて、ビジネスマナー)                             |

※活動に参加したい方は、事前にご予約をお願いします。(原則前日までにスタッフへ連絡)  
 ※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。

◆11月のスケジュールは 集中訓練講座参加者以外の方が 参加できるプログラムのみを掲載しています。

| 日  | 月   | 火                           | 水                            | 木                  | 金   | 土  |
|----|---|-----------------------------|------------------------------|--------------------|---|----|
| 1  | 2<br>●農業体験<br>10:00~12:00<br><br>※心理相談日<br>13:00~16:00  | 3                           | 4<br>□プチ運動<br>10:00~12:00    | 5                  | 6<br>◎職場体験<br>10:00~16:00                               | 7  |
|    | 銚子サテライト   |                             |                              |                    |   |    |
| 8  | 9<br>●農業体験<br>10:00~12:00<br><br>※心理相談日<br>13:00~16:00  | 10                          | 11<br>□プチ運動<br>10:00~12:00   | 12                 | 13<br>◎職場体験<br>10:00~16:00<br><br>◎ペン字講座<br>12:00~14:00 | 14 |
|    |   | 香取市(佐)出張相談<br>佐倉市出張相談       | 酒々井町出張相談                     | 富里市出張相談            | 多古町出張相談   |    |
| 15 | 16<br>●農業体験<br>10:00~12:00<br><br>※心理相談日<br>13:00~16:00 | 17<br>○かぞく面談<br>14:00~16:00 | 18<br>□スポーツ体験<br>10:00~12:00 | 19                 | 20<br>◎職場体験<br>10:00~16:00                              | 21 |
|    | 銚子市出張相談   | 香取市(小)出張相談                  | 東庄町出張相談                      | 栄町出張相談             | 芝山町出張相談<br>ハローワーク成田                                     |    |
| 22 | 23  | 24<br>●農業体験<br>10:00~12:00  | 25<br>□プチ運動<br>10:00~12:00   | 26                 | 27<br>◎職場体験<br>10:00~16:00                              | 28 |
|    |   | 香取市(佐)出張相談                  | 神崎町出張相談                      | 印西市出張相談<br>匝瑳市出張相談 | 旭市出張相談  |    |
| 29 | 30<br>●農業体験<br>10:00~12:00<br><br>※心理相談日<br>13:00~16:00 | 12/1                        | 2<br>□プチ運動<br>10:00~12:00    | 3                  | 4<br>◎職場体験<br>10:00~16:00                               | 5  |
|    |   | 香取市(小)出張相談                  |                              |                    |   |    |

