

# 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 2 F  
TEL: 0476-24-7880  
FAX: 0476-24-5220



H26年7月18日発行

## 季節のポレポレメッセージ

こんにちは。いよいよ夏本番ですね！夏バテしている方もいるのではないのでしょうか？そんな時はまず食事にビタミンとクエン酸を取り入れてみると、良いらしいです(\*^\_^\*)そして、水分補給と良い睡眠を心掛け夏を乗り切りましょう！  
所で、右上にいる亀のキャラクター「あゆむくん」は毎月季節にあった格好をしているのですが、お気づきでしょうか？今月はとって夏を満喫している様子です。就職活動の合間、あゆむくんの様に思い切り夏を楽しんで下さい♪

by.M.N

サポステ利用登録者数 405名 進路決定者数 36名(平成26年6月末日現在)

## 農業体験レポ

みんなでおしゃべりをしながら、自分のペースで水やりや草むしりをして体を動かして、とても楽しいです。今は暑いですが、みなさん参加してみね。  
by.A.N

## 学童保育レポ

6月11日に印西の学童保育へ行きました。15人位の子供がおり、一緒にパズルなどで遊びました。実際に子供と接してみて、子供に分かりやすく話やすい様に接するのが難しかったです。短い時間でしたがとても勉強になり良い経験になりました。  
by.M.K

## スイカロードレース大会のボランティア

ロードレースで使用するタオルの在庫確認や、牧場内での職業体験で牧草やワラなどの掃除を行いました。めったに触れ合えない馬と触れ合えて楽しかったです。  
by.I.O



## 多古町あじさい祭り(6/22)レポ

あじさい祭りアンケート回収及び集計のボランティアに参加させて頂きました。あじさい祭り当日に会場でアンケートへのご協力を呼びかけ、回収できた486枚のアンケートを後日サポステのパソコンで集計。大変でしたが、実際の作業を通じて「働く」ことへの考えを深めることができました。  
by.E.S

## 『ねぎパーティー♪』

農業体験で収穫した長ネギを使用して、すいとんとお好み焼きを調理しました。普段料理しない方も、参加して長ネギを刻んだり、楽しく調理して美味しくいただきました♪  
by.M.N



## 8月スケジュール



日	月	火	水	木	金	土
7/27 休館	28 エクササイズ 13:00~14:00 サポステ茶っと 14:00~15:00	29 農業体験 13:00~15:00	30 勉強会(変更あり)(話し方・漢字) 13:00~	31 面接練習 10:00~12:00	8/1 農業体験 10:00~12:00 PC教室 13:00~14:00 時事問題について語ろう 14:00~15:00	2 休館
3 休館	4 エクササイズ 13:00~14:00 サポステ茶っと 14:00~15:00	5 農業体験 10:00~12:00	6 勉強会(変更あり)(話し方・漢字) 13:00~	7 面接練習 10:00~12:00 女子会 13:00~14:00	8 農業体験 10:00~12:00 PC教室 13:00~14:00 時事問題について語ろう 14:00~15:00	9 休館
10 休館	11 エクササイズ 13:00~14:00 サポステ茶っと 14:00~15:00	12 農業体験 10:00~12:00	13 勉強会(変更あり)(話し方・漢字) 13:00~	14 面接練習 10:00~12:00 職業人講話(スタッフ藤本) 日時未定	15 農業体験 10:00~12:00 PC教室 13:00~14:00 時事問題について語ろう 14:00~15:00	16 休館
17 休館	18 エクササイズ 13:00~14:00 サポステ茶っと 14:00~15:00	19 農業体験 10:00~12:00	20 勉強会(変更あり)(話し方・漢字) 13:00~ 傾聴講座 10:00~12:00	21 面接練習 10:00~12:00 わくわくスポーツ 13:00~(日程未定)	22 農業体験 10:00~12:00 PC教室 13:00~14:00 時事問題について語ろう 14:00~15:00	23 休館
24 休館	25 匝瑳市ボランティア 10:00~12:00 エクササイズ 13:00~14:00 サポステ茶っと 14:00~15:00	26 農業体験 10:00~12:00	27 勉強会(変更あり)(話し方・漢字) 13:00~	28 面接練習 10:00~12:00 ハローワーク出張相談 13:00~17:00	29 農業体験 10:00~12:00 PC教室 13:00~14:00 時事問題について語ろう 14:00~15:00	30 休館

※活動に参加したい方は、事前にご予約をお願いします。  
※都合によりスケジュールが変更になる場合があります。

## 講座紹介

### エクササイズ

エクササイズは、継続的に運動をすることです。ホームページにその日に行う運動を記載しております。(HP上のスケジュールクリック！)



### サポステ茶っど



イベント事の企画、それぞれの悩み事を話し合ったりする講座です。時に先週にあった出来事、うれしかった出来事を気軽に話したりもします。

### 面接練習

スタッフが講師となり、面接のマナーや質問の意図などの勉強を行います。またグループワークでは、一人では行えない模擬面接を行っています。



### 勉強会・言葉を学ぼう

敬語と漢字の勉強をしています。始まったばかりの講座で、まだ内容が定まっていない部分ばかりですが、皆で学べたらと思います。

### PC教室

PCの基本操作やWord、Excelなどを学んでいる講座です。PC初心者の方にも講師が一から教えます。



### 時事問題



まず新聞を読んで、自分の気になる記事を見つけます。その後、その記事について簡単な発表を行い、みんなと意見や感想を話し合う講座です。

### 市民農園

毎週2回、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。



HPをCheck!!

最新の情報が  
見れますよ♪

<http://hokusou-saposute.jp.org>

## イベント紹介

### ボランティア体験(匝瑳市)

日時: 8月25日(月)※毎月第4月曜  
10:00~12:00 集合9:00  
場所: 匝瑳市 ふれあいセンター  
内容: 車いすダンスの「フレンドリー」と、匝瑳市で行われているデイサービスのボランティアに参加します。詳しくはスタッフへ(\*^\_^\*)

### 職業人講話

場所: フリースペース  
内容: サポステスタッフが、毎月違ったテーマで、職に就いている立場からお話します。その業界の様々な話を聞くことができます。

### ハローワーク出張相談

日時: 8月21日(木)  
場所: 成田市勤労会館  
内容: 毎月行われているハローワーク職員による就労相談です。先着8名、御一人様1時間の相談になります。

### ウェルカム講座

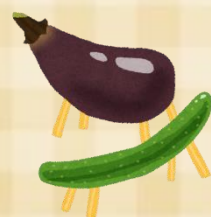
場所: フリースペース及び成田市勤労会館  
内容: 新規の利用者さん達にサポステの事を知ってもらったり、利用者さん同士に仲良くなってもらう為の講座です。

### わくわくスポーツ

日時: 月日()  
場所: 久住体育館  
持物: 体育館シューズ、使用料  
内容: みんなで、運動不足を解消しよう! いろんなスポーツを行っています。場所・使用料など詳しくはスタッフまで♪

### 傾聴講座

日時: 8月20日(水)  
内容: コミュニケーションに悩んでいる方に、まず、話すことに意識が向いがちですが、本当に良いコミュニケーションは相手の話を聞くことから始まるそうです。一度見学してみませんか?



## ボランティアフェスタのご連絡

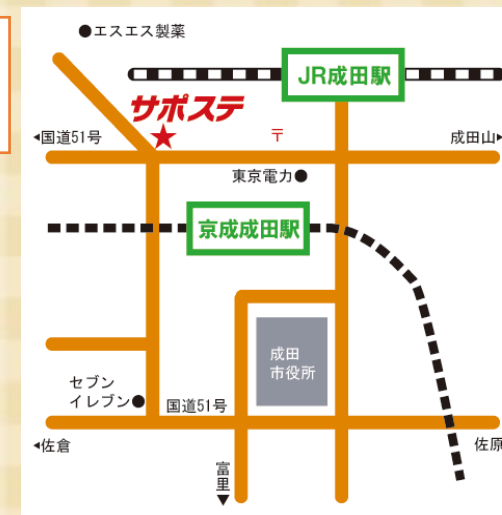
匝瑳市ボランティアフェスタに今年も参加します。カフェのお手伝いのボランティアさん募集です。サポステの展示もしますので、その飾りなどお手伝いしてくれる方も大募集~です。(^^)/面白そう、少しずつ社会になじんでいきたいな、誰かの役にたてたら、自分の力を発揮してみたいなど、興味あればお問い合わせください。  
日時: 9月7日(日)  
9:00~17:00 ※成田から送迎あり。  
場所: 匝瑳市ふれあいセンター

### 傾聴講座

日時: 8月20日(水)  
10:00~12:00  
場所: 成田市勤労会館2階会議室  
内容: 「家族会」からコミュニケーションの取り方のひとつに聴く力の必要を感じました。コミュニケーションを向上したい方ご参加ください!

## 設置場所 成田

### 相談・講座



## 香取

### 相談のみ



あゆむくん通信 編集部  
編集者名 : M.N, M.K  
E.S, A.N



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

開所時間 10:00~18:00  
開館日 月~金(祝日除く)  
対象年齢 概ね15~39歳

〒287-0044  
千葉県香取市北1-11-18  
中核地域支援センター  
香取ネットワーク内  
TEL : 0478-79-6865

開所時間 10:00~17:00  
開館日 月・火・木(祝日除く)  
対象年齢 概ね15~39歳