

# 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6年4月26日  
第1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：37.5度以上の場合利用できません
- ②健康状態の確認：咳、鼻水、悪寒、倦怠感等 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（着用出来ない方は 相談してください）
- 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

同居される方に以下の症状が出ている場合も 利用は控えて下さい。

・発熱 ・咽頭痛 ・鼻水 ・咳 ・倦怠感 ・下痢嘔吐 等  
ご自身やご家族（同居または15分以上マスクなしで接触した場合）がコロナ陽性判定またはPCR検査または抗原検査等された場合も 利用を控えて頂くことと 検査を受けた旨をご連絡ください。

検査日または診断日から 10日間程度利用を控えて頂くようにご協力をお願い致します。

来所の際は 原則マスク着用でお越しください。着用が難しい場合にはご相談ください。

## サポステからのお知らせ②

講座に参加される方は ☎・メールでの申し込みまたはホワイトボードに名前の記入をお願いします<m(\_)\_m> 参加をキャンセルされる方は ☎またはメールにてご連絡をお願いします。

プラスチック・ペットボトルや空き缶など不燃のごみは 各自持ち帰るようお願いいたします。やむを得ず 捨てていきたい場合には相談員にご相談ください。

よろしく願います



## 農園だより

農園に吹く風も 心地よく感じる季節になりました♪ 今年の夏も昨年同様に暑いそうなので 夏本番が来る前に農作業を楽しめたらいいな★と思っています。

これからは 夏野菜を育てていく時期です。 ミニトマトやナス、オクラ等・・・たくさん夏野菜がありますが 何を植えようか。。？と考えています。スイカを植えて スイカ割！もしてみたいな・・・と思っています。また 育てた野菜で調理実習もしたいですね～♪

農業体験では 参加者を大募集中です！ガッツリ！な農業ではなく ゆる～～～～く農業しています(\*^-^\*) みなさんの参加 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: [hyss@hokusou-saposute.jpn.org](mailto:hyss@hokusou-saposute.jpn.org)

開所時間 10:00～17:00  
開館日 月～金(土日祝日除く)

HP→<https://hyss-narita.roukyou.gr.jp>

最新の情報はブログでお知らせ！  
HPからブログ見れます♪



QRコードから  
HP見れます♪

▼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。)
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)
WORKFIT 1DAYセミナー	就労に向けて 面接への不安や緊張を無くすためのプログラムです。自信を付けて就活に挑みましょう! 毎月第1火曜日 変更の場合あり
就労基礎講座	就労に向けて1歩前進するための講座です。 (なぜ働くのか、得意なことを知る、仕事力を発見する、ビジネスマナー etc)
▼ 体験	
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) 作業時間 10:00~16:00 ※詳細はスタッフ迄 ★曜日は変わるので確認してください
プチ運動	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! (不定期開催)
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。
▼ コミュニケーション講座	
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。
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!
▼ スキルアップ講座	
ペン字講座 (第1金曜日13:00~)	丁寧に書くと、自然に「キレイな字」に見える♪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! 今年の抱負を書きましょう!
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 ※4名迄 (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。
WEB講座	IT? WEB? ってなあに? という人にも わかるようにスモールステップで学んでいきます。興味のある方は ぜひご参加ください!
▼ その他	
装いUP講座	女子力を上げる♪知っておくと役にたつ♪ そんな講座です。男性の参加も大歓迎です!
FREE DAY	コミュニティスペースを自由に使えます。利用の際には サポステまでご連絡ください★
寺子屋	小学生~中学生までのお子さんに 勉強を教えてくれる ボランティアの方募集中!! 希望される方は 相談員まで★
サポステカフェ	サポステ利用者さん同士で おしゃべりする集まりです。テーマを設けて話します♪ コミュニケーション力をつけたい 人と接するのが苦手な方にお勧めです(*^-^*)

講座の中止・延期・追加開催などの情報は ブログにて発表しています。  
ホームページから確認をお願いします(\*^-^\*)

自家用車でお越しの方は 勤労会館またはストアハウス不動ヶ岡 脇7・8・9・10番に停めてください。  
これ以外の区画には絶対に停めないでください。満車の場合には サポステまでご連絡ください。

日	月	火	水	木	金	土
28	29	30 ◇装いUP講座 13:00~14:30	5/1 ※心理講座B 13:00~14:30	2 ★PC教室 13:00~14:00	3	4
		香取市(小)出張 相談				
5	6	7 ●農業体験 10:00~12:00 ◇WORKFIT 1DAY 13:00~16:00	8 ※心理講座A 13:00~14:30 ★寺子屋 16:00~17:30	9 ■ニュースを知ろう 11:00~12:00 ★PC教室 13:00~14:00 ☆サポステカフェ 14:00~16:00	10 ◎職場体験 10:00~16:00	11
		香取市(小)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	
12	13 ●農業体験 10:00~12:00 ◆ダーツ講座 13:00~14:00	14 FREE DAY	15 ※心理講座B 13:00~14:30 ★WEB講座 15:00~16:00	16 ★PC教室 13:00~14:00	17 ◎職場体験 10:00~16:00 ◇ペン字講座 13:00~15:00	18
	銚子市出張相談 (コミセン)	佐倉市出張相談 香取市(佐)出張 相談 印西市出張相談	東庄町出張相談	栄町出張相談	芝山町出張相談 ハローワーク出張 相談	
19	20 ●農業体験 10:00~12:00 ◆ダーツ講座 13:00~14:00	21 FREE DAY	22 ※心理講座A 13:00~14:30 ★寺子屋 16:00~17:30	23 ◎職場体験 10:00~16:00 ★PC教室 13:00~14:00	24 FREE DAY	25
	銚子市出張相談 (イオン)	香取市(小)出張 相談	神崎町出張相談	印西市出張相談	多古町出張相談 旭市出張相談	
26	27 ●農業体験 10:00~12:00 ◆ダーツ講座 13:00~14:00	28 ◇装いUP講座 13:00~14:30	29 ※午後 会議の為 フリースペース 利用不可	30 ◎職場体験 10:00~16:00 ★PC教室 13:00~14:00	31 FREE DAY	6/1
		香取市(佐)出張 相談 匝瑳市出張相談				