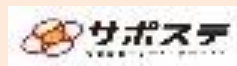


あゆむくん通信



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7年1月20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。

相談員のつぶやき

みなさん 明けましておめでとうございます。

2025年が始まりました。今年の干支 ヘビ年に関する豆知識として・・

・「巳」という漢字は胎児の形を表しており、「新しく産まれてくる」「将来・未来がある」「子孫繁栄」「家族が平和になる」などの意味があります。

・蛇は脱皮を繰り返して成長することから、再生の象徴とも考えられています。

このような事があるそうです。いい年になるように相談員一同 頑張っていきたいと思います。本年もどうぞよろしくお願い致します。

農園だより

農園では カブ・ホウレンソウを育てています。 寒さのせいか中々大きくなりません。。。年明けに収穫出来たらいいな♪と思っています。

2025年も農業体験は 引き続き開催していきたいと思っています(^♪ ゆる~~~~~く なが~~~~~く続けて行けたらいいなあと思っています。 身体を最近動かしていないな・・ という方ぜひご参加ください。 力仕事はたま~~~~~に 畑を耕す程度。あとは自分が好きな野菜 育ててみたい野菜を調べながら育てていきます。 収穫できたものは お家にもって帰って頂いてもOKです(*^-^*)

年初めに新しい事 始めてみませんか？ よろしくお祈りします★



〒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

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♪



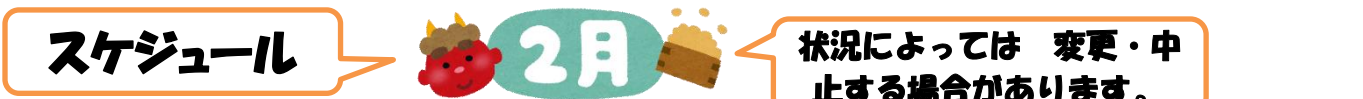
QRコードから
HP見れます♪



▼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、仕事力を見つける 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！今回はウォーキング 場所は未定雨天少雨中止
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	
読書会	マンガ、小説……どんなジャンルでもOK！ 自分の好きな本について語りましょう！
▼ スキルアップ講座	
ペン字講座 (第3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！ 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。
▼ 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。 男性の参加也大歓迎です ♪
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 事前にサポステまでご連絡くだ さい★ 事情により使えなくなる場合もあります。
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★

講座の内容や開催の有無等、急遽変更になることがあります。参加の前にホームページ内ブログを確認してください。また参加される際には、事前予約をお願いします。

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産岡 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
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 ☆読書会 13:00～14:00	30 ★PC教室 13:00～14:00	31 ◎職場体験 10:00～16:00	2/1
		匝瑳市出張相談 香取市(佐)出張相談				
2	3 ●農業体験 10:00～12:00 ◆ダーツ講座 13:00～14:00	4	5 ※心理講座B 13:00～14:30	6 ◎職場体験 10:00～16:00 ★PC教室 13:00～14:00	7 *会議の為、 コミュニティスパー ス利用不可。	8
	銚子市出張相談 (コミセン)	香取市(小)出張相談 佐倉市出張相談				
9	10 ●農業体験 10:00～12:00 ◆ダーツ講座 13:00～14:00	11 建国記念の日	12 ※心理講座A 13:00～14:30 ★寺子屋 16:00～17:30	13 ★PC教室 13:00～14:00	14 ◎職場体験 10:00～16:00	15
			酒々井町出張相談	富里市出張相談	多古町出張相談	
16	17 ●農業体験 10:00～12:00 ◆ダーツ講座 13:00～14:00	18	19 ※心理講座B 13:00～14:30	20 ◎職場体験 10:00～16:00 ★PC教室 13:00～14:00 ●就労基礎講座 14:30～16:00	21 ◇ペン字講座 13:00～14:30	22
	銚子市出張相談 (イオン)	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 ハローワーク出張相談	
23 天皇 誕生日	24 振替休日	25 ◇装いUP講座 13:00～14:30	26 ※心理講座A 13:00～14:30 ★寺子屋 16:00～17:30	27 ★PC教室 13:00～14:00	28 ◎職場体験 10:00～16:00	3/1
		匝瑳市出張相談	神崎町出張相談	印西市出張相談	旭市出張相談	

