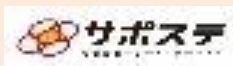


あゆむくん通信

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8年7月21日
第1版 発行

サポステからのお知らせ

感染症（インフルエンザ・コロナウイルス等）感染防止対策 へのご協力をお願いします。

- ①来所前に自宅で検温：37.5℃以上の方は利用できません。
 - ②風邪症状（咳・発熱・鼻水・倦怠感等）がある方は、利用を控えて下さい（面談を後日にずらす、プログラムへの参加不可）
 - ③原則マスク着用（難しい方はご相談ください）
 - ④同居の方が感染症（インフルエンザ・コロナウイルス）に罹患している方は、利用を控えるようお願い致します。
- ☆インフルエンザ・コロナウイルスなどに罹患された場合、診断された日から5日間以上経過している事・症状が無くなってから利用をお願いします。

来所について

車で来られる方は、勤労会館駐車場を御利用下さい。満車の場合は、ストアハウス不動ヶ岡脇 7・8・9・10に停めて下さい。そちらも停められない場合には、北総サポステまで電話にてご連絡ください。

※車・自転車で行かれる方へ※

成田日赤病院側から、ストアハウス不動ヶ岡方面への左折不可（標識有）ご注意ください。交通違反の対象にもなりますので確認をお願いします。



左折不可

心理講座だより

みなさんには「押し」はいますか？

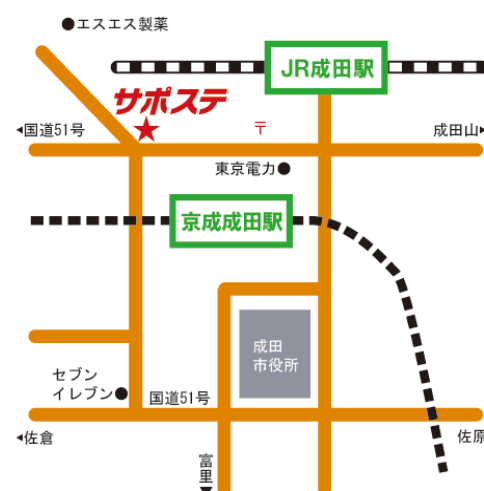
8月の心理講座のテーマは「依存」です。

生活していくうえでだれしも「これがあるからなんとかやっていける」というものがあるのではないのでしょうか（「押し」もこの存在に含まれます）。自分以外のなにかに自分を預け、支えてもらう（依存する）ことで、人はなんとか生きているものなのです。けれど、これにはバランスが大事で…

というような話を講座でする予定です。ぜひご参加お待ちしております。

農園だより

7月6日の農業体験で、5月に植えたホウレンソウ、二十日ダイコンを収穫しました。ですが、毎週雨に祟られて行けていなかったため、収穫時期を逃してしまいました。そのため、二十日ダイコンは5本収穫できましたが水分過多か、割れてしまっていました。ホウレンソウも葉が黄色くなっていたり、虫に食われていたりと少量しか収穫できませんでした。これからは、秋の野菜栽培に向けて畑の土壌作りをする予定です。また、**8月は農業体験を休止**といたします。代りに、**8月10日、17日の10時から防草シート切断作業**を行います。参加者募集中。



〒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
開所時間 10:00～17:00
開館日 月～金(土日祝日除く)



←二次元コード
からメールアド
レスが送れます。



←二次元コード
からHP見れま
す♪

最新の情報はブログでお知らせ！
HPからブログ見れます♪





スケジュール

8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。)
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。 ハローワークの使い方等、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 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！
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。
アート体験講座	絵は描きません！ 書かなくても出来るアートがあるんです♪「楽しいを」体験してみま せんか？ 3名以上で開催します！
▼ コミュニケーション講座	
気になる話題に ついて話そう 	新聞やネットで気になる記事について、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！ 脳トレもします♪
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♪
心理講座	「自立に役立つ心理学」をみんなで学びます。予約制です。 テーマは毎月変わります。8月のテーマは「依存」です。
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	毎日の装いから、キモチも行動も少しでも前向きに… そんな講座です。 男女ともに参加OK！

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 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
2	3 ◆ダーツ講座 13:00～14:00	4	5 ※午前中 コミュニティ スペース利用不可 ※心理講座 13:00～14:30	6	7 ◎職場体験 10:00～16:00	8
	銚子市出張相談 (コミセン)	佐倉市出張相談 香取市(小)出張相談			多古町出張相談	
9	10 *室内軽作業体験 10:00～12:00 ◆ダーツ講座 13:00～14:00	11 山の日	12 ※心理講座 13:00～14:30	13	14	15
			酒々井町出張相談	富里市出張相談		
16	17 *室内軽作業体験 10:00～12:00 ◆ダーツ講座 13:00～14:00	18	19 ※心理講座 13:00～14:30	20 ◎職場体験 10:00～16:00 ★PC教室 13:00～14:00 ▼就労基礎 14:30～16:00	21	22
	銚子市出張相談 (イオン)			栄町出張相談	芝山町出張相談 ハローワーク出張相談	
23	24 ★気になる話題につ いて話そう 10:00～12:00 ◆ダーツ講座 13:00～14:00	25 ◇装いUP講座 13:00～15:30	26 ※心理講座 13:00～14:30	27 ★PC教室 13:00～14:00	28 ◎職場体験 10:00～16:00 ◇ペン字講座 13:00～14:30	29
		匝瑳市出張相談 香取市(佐)出張相談	神崎町出張相談	印西市出張相談	旭市出張相談	
30	31 ◆ダーツ講座 13:00～14:00	9/1	2 ※心理講座 13:00～14:30	3 ★PC教室 13:00～14:00	4 ◎職場体験 10:00～16:00	5
	多古町出張相談	香取市(小)出張相談				

