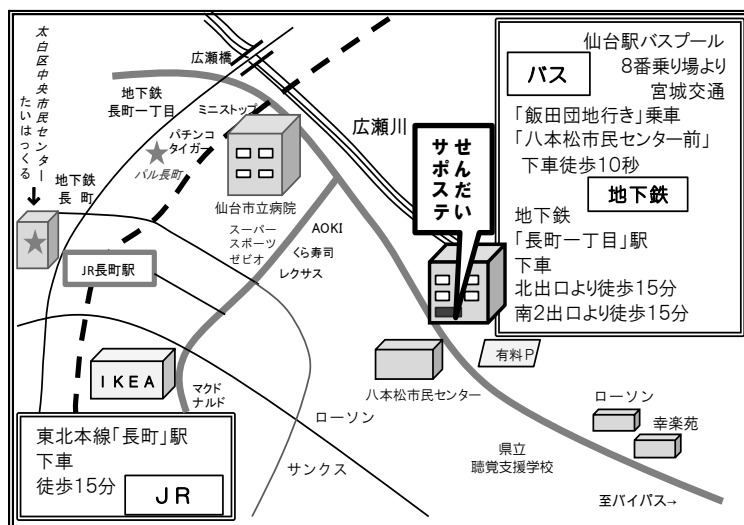


そんな方に...

⇒ 詳しくは、内側へ！

< せんだいサポステってどこ? >



5月 活動スケジュール

★詳細は3ページをご覧ください！

※都合により変更となる場合もあります。

日	月	火	水	木	金	土
		5/29(金)には、みやぎジョブカフェで、 せんだいサボステの催しを行います。 10:00～12:00 ゆったりトークCAFE 13:00～ 個別相談 ただし、みやぎジョブカフェ登録者が対象です。	せんだい若者サポートステーション		1	2
3	4	5	6	7	8	9
	みどりの日	こどもの日	休日			
				サボステ事務所集合 13:00～15:30 仮設ボスティング活動	ハ本松市民センター1F会議室 14:00～16:30 いざ、就活！①自己PR	
10	11	12	13	14	15	16
	サボステ事務所集合 10:00～12:00 農園に行こう！	ハ本松市民センター1F会議室 10:00～12:30 スローステップワーク	サボステ事務所集合 10:00～12:00 農園に行こう！		ハ本松市民センター1F会議室 14:00～16:30 いざ、就活！②職業興味	
		ハ本松市民センター1F和室 14:00～16:00 劇的ワークショップ				
17	18	19	20	21	22	23
	パル長町1F 10:00～12:30 スローステップ ワーク	●出前相談 富谷 ハ本松市民センター1F会議室 14:00～16:30 ビジッと社会人！		グリーンピア岩沼 11:00～15:00 スポーツデー	ハローワーク仙台1F 集合 9:45～11:45 ハローワーク仙台 に行こう！	
	サボステ事務所集合 10:00～12:00 農園に行こう！				ハ本松市民センター1F会議室 14:00～16:30 いざ、就活！③価値観	
24	25	26	27	28	29	30
31	サボステ事務所集合 10:00～12:00 農園に行こう！	●出前相談 角田 太白区中央市民センター3F 第3小会議室 10:00～12:30 学習倶楽部	県庁2階講堂ロビー 集合 10:15～13:30 「しごと体験」 県民 ロビーコンサート	サボステ事務所集合 10:00～12:00 農園に行こう！		
		太白区中央市民センター3F 第3小会議室 14:00～16:30 先輩に聞こう！ 武藤 亮 氏	太白区中央市民センター3F 第3小会議室 14:00～16:30 いざ、就活！④応募書類		ハ本松市民センター1F会議室 14:00～16:30 いざ、就活！⑤面接	

《ご注意!!》これらの活動にご参加いただくには、ご登録およびご予約が必要になります。

～相談について～

せんだい若者サポートステーションでは、キャリアカウンセリング（無料）、臨床心理士による こころの相談（1回 2,500円）、保護者相談（無料）を行なっています。
（1回50分程度：要予約）

予約の申し込みはこちらへ

022-246-9685

《イベント会場住所》

パル長町：仙台市太白区長町1丁目3-32

太白区中央市民センター：仙台市太白区長町5丁目3-1

ハ本松市民センター：仙台市太白区八本松2-4-20

～イベントのお知らせ～

劇的ワークショップ 講師:演劇家 横山 真氏

今回のテーマ

「表情と声がもたらす自らの変化について」

《講師からのメッセージ》

人の表情や声は、普段何気なく過ごしているとあまり意識することもないので、変化に乏しくなってしまうがちです。

心の変化と表情や声の変化は密接に関わっており、表情や声が固まってしまうと、気持ちまで固まってしまうがちになります。

今回は、その「表情」や「声」について、色々探っていきます！

スペシャルイベント 先輩に聞こう！ 講師:武藤 亮氏



ビジネスデザインセンター

センター長: 武藤 亮氏

先輩に聞こう！タイトル

「どんな生き方でも、なんとかなります！」

《講師からのメッセージ》

食べるために選り好みしないで仕事をしてきました。どんな生き方でも悪いことをしなければ、なんとか生きていけるのではないのでしょうか？

タイトル		内 容	参加費	持ち物 筆記用具は必須
就活スキル	いざ、就活！	「自分を知ること」は、就活の大切な土台です。5回を通して就活基礎知識が着実に身につく、自己紹介書も作成できるようになります。 ※途中からの参加はできませんのでご了承ください。 定員:4名	¥1,200	—
	ハローワーク仙台に行こう！	榴岡にあるハローワーク仙台へ行き、求人検索の仕方やポイント、職業適性診断をサポートスタッフが丁寧に教えます。 ※参加〆切18日(月)まで	無料	—
	ビシッと社会人！	社会人マナー習得を目的に2カ月に1回開催。 今回は、仕事探しに欠かせない応募のTELをはじめとした電話対応の練習や「一人暮らしにかかるお金」を考えるワークを行います。	¥300	—
コミュニケーション	スローステップワーク	軽作業やカードゲームなどの活動を通し、人と関わる力を身につけます。 初めての方におススメです。	¥300	—
	学習倶楽部	世の中の様々な問題について意見を交わし合い、他人の価値観に触れココロを磨くことを目的としています。5月は「長町に出店！お店の店長になってみよう！」というテーマで、シミュレーションワークゲームを行います。	¥300	—
	スポーツデー	働くための体力をつけることを目的に月1回開催します。 グリーンピア岩沼にて、フットサル、ウォーキング、ソフトバレー、バドミントンなどを行います。 基本、現地集合・現地解散。雨天の場合、中止。	¥400	着替え 上靴
	劇的ワークショップ	五感を使って、体感するワークショップです。普段やらないことをやることで度胸もつきます。 今回のテーマは「表情と声がもたらす自らの変化について」です。	¥300	—
	先輩に聞こう！	今回の先輩に聞こう！は、中小企業新規ビジネス立ち上げをサポートする仕事をされている武藤亮氏をお招きします。なかなか仕事が見つからず自宅でブラブラする日々もあったという武藤氏。なぜ？どうして？現在、活躍される秘訣はどこにあるのか？直接本人にうかがっていきます！	¥300	—
	農園に行こう！	サポステ農園(せんだいサポステから徒歩1分)にて農業体験(生産から販売まで)を行います。みんなで汗を流し、活動してみませんか？ ※着替えスペースあり	無料	長靴・手袋 着替え
ボランティア	ポスティング活動	あすと長町にある復興住宅に地域情報誌「ゆとりーと」をポスティングします。震災復興に向けた意義深い体験です。住居者の方に気軽に挨拶をしましょう。定員:3名	無料	—
	しごと体験 県民ロビーコンサート	毎月県庁のロビーで行われるミニコンサート。設営準備→昼食(県庁の食堂)→鑑賞(5月は古川黎明中学・高等学校合唱部の出演です)→撤収作業を行うしごと体験です。定員:5名	無料	昼食代

※ 参加費支払いの際、おつりがないようにご協力ください

出前相談のお知らせ

※事前に電話でのご予約をお願いいたします

「仕事」や「これから」について一緒にお話ししてみませんか？ 対象者:15歳～39歳までの、働きたいけどなかなか動けない方、そのご家族。

★10:00～16:00(1組50分程度)で個別相談会を行っております。

「仙台まで行くのは遠いな...」という方は、ぜひこの出前相談会をご利用ください。

日 時	地 区	会 場
4/28(火)	岩沼	仙台保健福祉事務所岩沼支所 2階会議室 岩沼市中央3丁目1-18(電話0223-22-2188)
5/12(火)	塩竈	壱番館(市民交流センター) 4階視聴覚室 塩竈市本町1-1(電話022-365-5000)
5/19(火)	富谷	仙台保健福祉事務所黒川支所 保健指導室 黒川郡富谷町ひより台2丁目42-2(電話022-358-1111)
5/26(火)	角田	ウエルパーク角田(角田市総合保健福祉センター) 面談室 角田市角田字柳町35-1(0224-62-1192)
6/ 9(火)	大河原	大河原合同庁舎 301会議室 柴田郡大河原町字南129番1号(電話0224-53-3111)

せんだいサポステでは、スペシャルイベントとして「SAKURAの会(お花見)」を近くの八本松公園にて開催しました！途中参加の方も含め、12名のメンバーが参加しました。

当日は、10時にサポステ事務所に集合し、「みんなで準備し、みんなで会を進めよう」という考えのもと、買い出し班、会場準備班に分かれ行動開始。約1時間後に、乾杯の準備が整い・・・「SAKURAの会」がスタートしました。

※ドリンクを飲むときは「自分で自分のドリンクはつがない」というルール付き

《当日の流れ》

乾杯→歓談→乾杯→自己紹介→乾杯→歓談→乾杯→遊びタイム(ドミノ・サッカー・カードゲーム・将棋)→歓談→中締め→解散

途中参加の方のために、「会」を仕切り直し、その都度、乾杯をしました。(笑)

今回のSAKURAの会は、天気にも恵まれ、他のお花見客もいたり、小学生もいたり、ほどよく賑やかな雰囲気のもとで開催することができました。

食べ物を持参して、みんなに振る舞ってくれたメンバーの皆様、ありがとうございました！

3月の「先輩に聞こう！」は、ファンタジー画家として活躍されている石川かおりさんにお越しいただきました。

前半部は画家としての生計の立て方＆画家となつたいきさつを話して頂き、後半部はみんな実際に抽象画を描くというワークをしました。

石川さんがファンタジー画家としてやっていこうと思ったのは、34歳の時。自分の作品の個展を開催したことがきっかけとのことでした。

自分の進路に迷ったそうですが、「自分の中に深く沈み込む」ことを大事にし、真剣に考え、答えの出して現在の今に至っているとのことでした。

「(人生の)ペースは考えず、自分が楽しいと思ったら、そこに留まる。」といったお言葉がとて印象的で、「自分の新作を楽しみにしている人(ファン)のために頑張りたい」と笑顔で話していただきました。

後半部の抽象画を描くというのは、みんな四苦八苦(笑)していましたが、貴重な体験になりました。

参加者から「『仕事で行き詰った際に、これは失敗ではなく実験として次にいかそう』や『無駄に戦わない』などといった具体的な気持ちの持ち方や行動の仕方がとても心強く感じました」「本日思ったことは、モノの見方、感じ方、考え方は本当に人それぞれであり、違って当たり前だということでした」「後半の絵のワークシートが難しかったです」「石川さんの作品や、参加メンバーの作品をいろいろ見れて面白かったです」「石川さんの話を聞いて、自分の心の声を聞くことや好きなことに向かっていくことの大切さを強く感じました」「画家の人がどうやって生計を立てているのか疑問に思っていたので、こうやって話を聞ける機会があって良かったです」といった感想が聞かれました。石川さんありがとうございました。

PHOTO



1ヵ月集中コース
3月31日(火)

太白区中央市民センター
4F 調理実習室

1ヵ月集中コース最後の日は、みんなで「お好み焼き」を作りました。粉や水の分量を量っているつもりが、合っていなかったり、キャベツの量が多かったりとありましたが、楽しく、美味しく作ることができました。

参加者から「みんなで協力して作ったお好み焼きはおいしかったです。1人で料理するよりもみんなでやった方が楽しくできると感じました」「自分で作ってみたいと思っていたので今回お好み焼きを作れて良かったです。火加減が難しかったり、分量が適当になったりしてしまっただけも含めて楽しくできて良かったです」といった感想が聞かれました。

参加された皆さん、1ヵ月間お疲れ様でした。



しごと体験 随時実施します

せんだいサポステでは、様々な業種のお仕事の体験を随時実施しております。

ご希望の方は、スタッフへお声がけください。

実施につきましては先方のご都合もあるため、

1ヵ月程度のお時間をいただくことがあります。ご了承ください。

《主な仕事先業種》

- ・お寺清掃(6月上旬予定)
- ・クリーニング店からの請負い作業
- ・パン作り(1日体験可能)
- ・各種ボランティア(封入作業、地域清掃など)
- ・デイサービス(入居者の方のお相手など)
- ・職人系(左官業の壁塗り)、タイル貼りなどの職場見学

※その他、見学や体験したい業種がありましたらお気軽にスタッフまでお声がけください。

募集！

せんだいサポステでは、サポステイベント「学習倶楽部」に参加して一緒に活動して下さる方を募集しております。募集の理由は、様々な人生観・職業観というものを通してせんだいサポステ利用メンバーに感じてもらいたいからです。ご興味のある方は問い合わせください！→担当：藤村まで

編集後記

YAZAKI

連休中に、野鳥の聖地と言われている「飛鳥」に行ってきます。レアな野鳥に出会えるかなと今からワクワクです。

SATO

「目に青葉 山木トグス 初経」さわやかな季節の到来です。さあ、皆さん サポステにどんどん来てくださいね！

FUJIMURA

5月は、新緑の季節！たくさん行動していきたいと思います。サポステ農園に行って、カラダを鍛えようかな。(笑)