



そんな方に…。○○○

職場の人間関係が不安。
自分はどんな仕事に向いてるんだろう？
履歴書のフランクが気になる。

せんだい

若者サポートステーション 活動スケジュール



⇒ 詳しくは、内側へ！

TEL:022-246-9685

FAX:022-246-9691

URL <http://www.saposute.ne.jp>

Mail info@saposute.ne.jp

〒982-0001

仙台市太白区八本松1-10-18

八本松セントラルハウス102

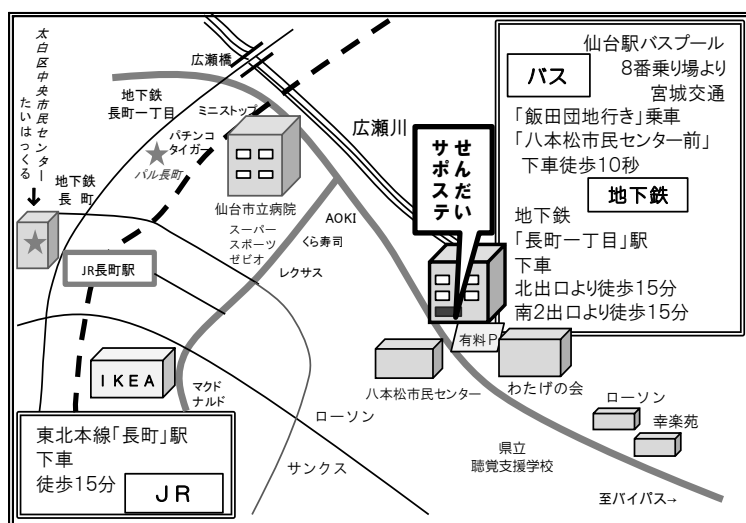
開所時間

月曜日～金曜日 10:00～17:00

(土日・祝祭日・年末年始は休み)

※せんだい若者サポートステーションは
厚生労働省の「若者自立ネットワーク整備事業」です

< せんだいサポステってどこ? >



11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
1	2	3	4	5	6	7
	サボステ事務所集合		サボステ事務所集合		八本松市民センター1F和室	
	10:00-12:00 農園に行こう！	文化の日	10:00-12:00 農園に行こう！		10:00-12:30 スローステップワーク	
	サボステ事務所集合				八本松市民センター1F会議室	
	13:00-15:30 仮設ポスティング活動				14:00-16:30 いざ、就活！①自己PR	
8	9	10	11	12	13	14
	サボステ事務所集合		サボステ事務所集合	グリーンピア岩沼		
	10:00-12:00 農園に行こう！		10:00-12:00 農園に行こう！	11:00-15:00 スポーツデー		
		八本松市民センター1F会議室	八本松市民センター1F和室		八本松市民センター1F会議室	
		14:00-16:30 いざ、就活！②職業興味	14:00-16:00 劇的ワークショップ		14:00-16:30 いざ、就活！③価値観	
15	16	17	18	19	20	21
	サボステ事務所集合		八本松市民センター1F和室	ハローワーク仙台1F集合	八本松市民センター1F和室	
	10:00-12:00 農園に行こう！		10:00-12:00 農園に行こう！	9:50-11:45 ハローワーク仙台 に行こう！	10:00-12:30 スローステップワーク	
		八本松市民センター1F会議室	11:00-14:00 サロン		八本松市民センター1F会議室	
		14:00-16:30 学習倶楽部			14:00-16:30 いざ、就活！④応募書類	
22	23	24	25	26	27	28
			県庁2階 講堂ロビー集合	サボステ事務所集合	八本松市民センター1F会議室	
	勤労感謝の日		9:45-13:30 「しごと体験」 県民 ロビーコンサート	10:00-12:00 農園に行こう！	10:00-12:30 ピシッと社会人！	
				八本松市民センター2F会議室	八本松市民センター1F会議室	
				14:00-16:30 先輩に聞こう！ 木村 有紀子 氏	14:00-16:30 いざ、就活！⑤面接	
29	30	せんだい若者サポートステーション			11/27（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。	
	サボステ事務所集合					
	10:00-12:00 農園に行こう！					

《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、臨床心理士による こころの相談、保護者相談 を行なっています。
(1回50分程度：要予約、無料)

予約の申し込みはこちらへ

↓
022-246-9685

《イベント会場住所》

八本松市民センター：仙台市太白区八本松2-4-20

～イベントのお知らせ～

スペシャルイベント 先輩に聞こう！ わかものハローワーク 木村 有紀子氏



先輩に聞こう！ タイトル 「ハローワーク活用法！」

ハローワークの上手な使い方やココだけの話など、得する話がいっぱいです。
参加すればきっとハローワークが身近になりますよ！

＜木村有紀子氏からのメッセージ＞

堅いイメージがあるハローワークですが、私の話を聞けば、きっとイメージが変わると思います。
わからないことがあればどんどん質問してくださいね！

タイトル		内 容	参加費	持ち物 筆記用具は必須
ス 就 キ ル 活	11月6日(金)よりスタート！ 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	—
	11月19日(木) 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 サポステスタッフが丁寧に教えます。 ※参加費 17日(火)午前中まで	無料	—
	11月27日(金) ピシッと社会人！	仕事をする上で、欠かせないホウレンソウ(報告・連絡・相談)について学びます。 心配り、気配りのできる社会人を目指しましょう！	無料	—
コ ミュ ニ ケー ション	11月26日(木) 先輩に聞こう！	今回の講師は、わかものハローワークの木村有紀子氏。「ハローワーク活用法！」という テーマでお話いただきます。数居高いと思われるハローワークが身近に感じてもらえればと思います。	¥300	—
	11月18日(金) サロン	参加者同士、自由な会話を楽しみ、昼休みは一緒に昼食をとります。 午前は、スタッフで用意した気軽な「テーマ」に沿って会話を楽しみ、午後は、フリートークで楽しんでください。	¥300	昼食
	11月6日(金)・11月20日(金) 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。 初めての方にもおすすめです。	¥300	—
	11月17日(火) 学習倶楽部	大人のための勉強会。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。 11月のテーマは「働くための準備って何だろう？」です。 ワークを通し、参加者同士で意見交換していきたいと思います。	¥300	—
	11月12日(木) スポーツデー	働くための体力をつけることを月に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。 ※3名まで送迎可能です。(600円)	¥400	着替え 上靴
	11月11日(水) 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。 11月は「挨拶を見直してみよう！」がテーマです。 「普段何気なく行っている挨拶。しかし、何気ないからこそ見落としている部分も多いかもしれないし、何よりやった気になって相手に届いていない可能性だってあるかもしれません。そんな挨拶についてワークを通して色々探ってみたいと思います。」(講師の横山氏より)	¥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)にて農業体験を行っています。 野菜の生長を肌で感じ、一緒に活動してみませんか？ ※着替えスペース有ります。	無料	長靴・手袋 着替え
ホ ラン ディ ア	11月2日(火) 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「ゆとりと」をポスティングします。 長距離を歩くので良い運動にもなりますよ。住居の方への挨拶を心掛けましょう。定員：3名	無料	—
	11月25日(火) 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(11月は「00Z」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
10/27(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)
11/10(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)
11/17(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)
11/24(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)
12/ 8(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)

10月2日(金)

学習倶楽部

八本松市民センター1F 会議室

10月の学習倶楽部は「チームワークって何だろう?」というテーマで開催しました。

今回の目的は「体と頭を動かしながらチームワークを学ぶ」ことでした。まずはじめに、参加者同士「チームワーク」について感じた過去の体験談を語り、意見交換。その後は、2チームに分かれ「ペーパータワー」というゲームを通し、チームワークというものを体感しました。(※ペーパータワーとは、制限時間内に紙だけを使用して高い塔を作るものです。)

ゲームの際は、①作戦会議②実行③評価④改善ということを意識して行いました。

参加者から「ペーパータワーのゲームでは喜びと達成感を感じることができました」「みんなで1つの方向に向かって力を出していくことがチームワークであると感じました」「チームワークはリーダーがいて成り立っているものだと感じました」「チームワークとは、個々の個性を尊重して、仲間の苦手な部分を補えたら最高ののかなと思いました」「もう少し時間が欲しかったけれど、楽しくできたので良かった」といった感想が聞かれました。

今回の活動を通して「チームワークの大切さ」感じてもらえたら幸いです。今後も、遊びを通し勉強していきましょう。

9月25日(金)

先輩に聞こう! 吉田晴彦氏

太白区中央市民センター3F 第1小会議室

今回は、スポーツトレーナーの仕事をしている吉田晴彦さんにお越しいただき「こころとからだの大人栄養学」というテーマでお話をいただきました。

はじめに、吉田さんの現在の活動&仕事内容を伺いました。仕事のやりがいは「選手の成績が上がること」、大変なことは「朝が早く、夜が遅いこと」と話をされ、「スポーツトレーナーという仕事を東北の地域に普及させていくことが、今後の夢」だと熱く語っていただきました。

次に、食事栄養に関わるワークをみんなで行いました。ワークの内容は、「今日の食事のカロリー計算」、「1日に摂取すべきカロリー計算」、「基礎代謝の計算」などでした。参加者1人1人自分の食事や健康を考えさせられたのではないかと思います。

そして最後に、「自分の目標を書く」ワークもしていただきました。

振り返りでは「栄養学は、普段あまり考えないものだったので、イベントに参加して勉強になりました」「自分の栄養の取り方やトレーニングの仕方が足りない部分があり、直さなければいけないと感じました」「今まで自分がいろいろな栄養素の取れた食事をしていて思っていたのですが、あまり栄養が取れていないことに気付きました」「面白い講義だったので集中して聴くことができました」「意見交換でも楽しく会話ができました」などの感想が聞けました。

吉田さん、お忙しい中、お話しいただきありがとうございました。

PHOTO



学習倶楽部②



学習倶楽部①



チャレンジ体験・農業



先輩に聞こう!

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。

《しごと体験内容》

お寺清掃(10月後半)

草刈り作業

クリーニング店からの請負い作業

ホテル業

※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。

チャレンジ体験参加者募集! ↑

せんだいサポステでは、チャレンジ体験参加者を募集しております。3週間~4週間の間、体験企業先で職場体験をし、自信をつけてみませんか?詳しくはスタッフまでお問い合わせください。

編集後記

YAZAKI

夏の暑さが嘘のように、肌寒くなってきました。そろそろ冬鳥の来る季節、伊豆沼にでも行ってみようかと思います。

SATO

朝晩めっきり寒くなってまいりました。我が家のニャンコ一家はとても寒がりなので、もうヒーターの前で“ほっこり”してます!

FUJIMURA

だんだん寒くなってきましたね。体調管理に気を付けないと! みなさんも体調にはくれぐれも気を付けてくださいね!