

せんだい 若者サポートステーション 2014年9月 活動スケジュール

都合により変更となる場合もあります。

部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
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	9/26(金)	9/27(土)	9/28(日)	9/29(月)
36	37	38	39	40	41	42
43	44	45	46	47	48	49

《**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）

せんだい若者サポートステーション

TEL:022-246-9685 FAX:022-246-9691

URL <http://www.saposute.ne.jp> Mail info@saposute.ne.jp

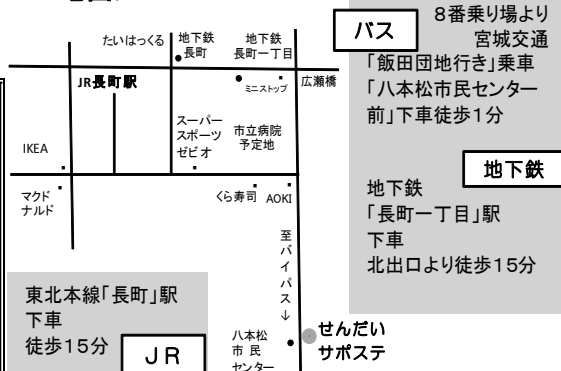
〒982-0001 仙台市太白区八本松1-10-18 八本松セントラルハウス102

<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「若者自立支援ネットワーク整備事業」です

<地図>



9月イベントのお知らせ！

(1か月集中コース)

「コミュニケーション」



・カードゲーム・絵の分析
・言語技術・調理実習 など
楽しみながらコミュニケーション能力を
高めます。



「社会人マナー」

・自己紹介・報告・連絡・相談
・言葉使い・電話応対など
仕事をする上で必要なマナーや
スキルを学びます。



参加費2,500円・八本松市民センター会議室・和室。途中からの参加はできませんのでご了承ください。

※コース制に入ると「就活はじめての一步」以外はすべて参加無料となります。

「就活はじめての一步」



「自分を知る」ことは、就活の大切な土台です。4回を通して就活基礎知識が着実に身に付き、
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。

八本松市民センター1階会議室・参加費全4回1,000円

「先輩に聞こう！」

講師の方をお招きし、仕事観や
人生観を語っていただきます。
今月は就労移行支援員の「千葉秀和氏」。
テーマは「34歳 初めての正社員」です。



八本松市民センター1階会議室
参加費300円

「ハローワークへ行こう！」

樺ヶ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。



MTビル1階集合・参加費無料
予約締切・16日(火)

「劇的ワークショップ」

今回のテーマは「空間と、自分」。自分が身を置いている空間を、
ワークを通して楽しみながら見つめ直してみましょう。

八本松市民センター1階和室
参加費・300円



「スローステップワーク」

軽作業やボードゲームなど
いろいろな活動を通し、
人と関わる力を身につけます。



八本松市民センターや野外
参加費300円

「しごと体験」



(県民ロビーコンサート)
県庁1階ロビーで開催されているコンサート。
その会場設営と撤去作業の体験です。
今月は「キャスロールアンシエンヌ」による
楽器演奏です。



県庁2階ロビー10:15集合・参加費無料・昼食代持参

「しごと体験」

(ポスティング活動)

あすと長町にある仮設住宅に
地域情報誌をポスティングする体験です。

サポステ集合・参加費無料



※この他特別イベントがありますので、詳しくは4ページをご覧ください！

劇的ワークショップ

今回の劇的ワークショップは、9名のメンバーが参加し「人前に立つ」というテーマで行いました。講師は、もちろん横山真さんです。

今回の内容は、みんなで輪になって自己紹介(自分の名前一言)、輪の中心で自己紹介、舞台(！)に立って自己紹介、聞いている人の反応有り無しでの自己紹介といったことをしました。

人それぞれ感じ方が違い、「人前で話すことが楽しい」と思える人や「人の目を見ることが苦手で中々顔を上げられない」と言った人、色々なパターンでの自己紹介をしてもあまり気持ちの変化がない人等、様々でした。

参加者から「本来人前で話す緊張するのに、今日はあまり緊張せず話すことができました」「人前に立つ」ということの複数のパターンを通して、人前に立つことが苦手な理由がある程度見えました「座っての雑談や、立ってみんなに話すということはあまりなかったのが経験出来て良かった。自分のダメな所も発見できました」といった感想が聞かれました。

今回のワークを通じて、「人前に立って話をすることが苦手な人が多いと思いますが、どういうシチュエーションだったら話し易いかを考えてもらえたら苦手意識も薄らいでいくのではないですか」と横山真さんは話していました。

まずは、なんでも参加して体験してみることが大事だと思います。
次回は9月17日(水)です。
参加お待ちしております！

8月5日(火)
14:00~16:00
八本松市民センター
1F 和室

先輩に聞こう！

サポステ卒業生！

鈴木 聡 氏

7月の「先輩に聞こう！」は、サポステを卒業し、現在は印刷会社のコールセンターでお仕事をされている鈴木聡さんにお越しいただきました。

鈴木さんは学生時代、ひきこもりを経験し「何が怖くて、何が不安かわからない」日々を送っていたそうです。その後、仕事に就かなければという思いで、コンビニなどのアルバイトを経験してみるものの、対人関係が苦手で長続きはしませんでした。では、どうしたらいいか。鈴木さんは考えた末に、人の顔を見ずに仕事ができるコールセンターを選んだとのことでした。

現在の仕事をする上での嫌な事といえば「飲み会」だそうです。自分でもどうしたらいいかわからず「居場所がない」と感じているとのことでした。このような経験は、皆さんにもあるのではないのでしょうか？ そういった中でも、鈴木さんは工夫をし周りを観察しながら気配り、目配りを心掛けてその時間を過ごしているそうです。

逆に楽しいことと言えば、「印刷データがいち早く見られること」「リズムを作ること」だそうです。「リズムを作る」というのは、お客様の困りごとに即座に答え「ゲーム感覚」で件数を増やしていくことだそうです。そこに、「爽快感」や「喜び」を感じているとのことでした。

講演最後に、①生きているだけでいい②嫌なことも全て受容する③自分の感性を信じ、いいと思ったものにはしがみつくといい3つのメッセージをいただきました。このメッセージに励まされた参加者は多かったのではないのでしょうか？

参加者から「共感できる部分がたくさんありました。これから前向きに行動していきたいと思いました」「相手が要求する情報をピンポイントで伝えることは、特に重要だと感じました」「今後の就活を諦めずに頑張りたいと思いました」「ひきこもりやいじめ、疎外感等暗くて重たい事柄でも明るく語る鈴木さんにとっても好感が待てました」といった感想が聞かれました。鈴木さん、お忙しい中ご講演頂き、ありがとうございました。

7月24日(木)
14:00~16:30
八本松市民センター
2F 会議室

しごと体験 県民ロビーコンサート

今回は、ジャズシンガーのダイナマイト・ミキさんという方をお招きしてのスペシャルコンサートでした。

8月6日は、「仙台七夕まつり」期間ということもあり会場設営後に時間があつたので七夕飾りの見学に行くことができました。

参加者から「最初はどんなことをするのかわかりませんでしたが、思ったより難しい作業ではなかったので順調にできました」「椅子を2つ持つ筋力をつけたいと思いました」「ジャズの弾き語りは初めてでしたが、雰囲気を楽しめました」「七夕まつりの雰囲気味わうことができて楽しかったです」といった感想が聞かれました。

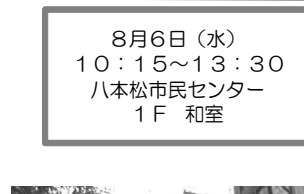
最近では、「体を動かしたい」「体力をつけたい」といった参加動機の方も多くなってきました。興味を持たれた方は、ぜひ参加してください！お待ちしております。



↑ ダイナマイト・ミキさんの弾き語り



↑ 会場設営風景



↑ 仙台七夕まつり

農活プロジェクト

宮城野区岩切にある「わたげ農園」で採れた野菜は、事務所に持ち帰ってきて袋詰め作業をした後、販売しております。

現在は、枝豆、キュウリの収穫量は減ったものの、ミニトマト、ナス、ピーマン、いんげん等はたくさん採れています！また、収穫と同時に、今度は白菜、たまねぎ、小松菜などの秋・冬野菜の準備が始まっております。

袋詰め作業は13:30頃から始まり、作業完了次第販売致しております。農園での作業が苦手な方でも、「袋詰め作業だけなら・・・」「販売だけなら・・・」という方でも大歓迎です！

農業の力、野菜の力は素晴らしいですよ～！！ぜひ、お試しあれ！！ 担当：尾形まで連絡ください。



↑ 袋詰めされた野菜
(ミニトマト・きゅうり・ナス・ピーマン・いんげん・枝豆)

← わたげ農園のミニトマト

9月のお知らせ

農 活

特別イベント

収穫祭開催！

日 時：9月2日(火)
時 間：10:00～14:00
場 所：八本松市民センター
2階・会議室
参加費：300円
※ 切：8月29日(金)
要予約



農活の体験場所である「わたげ農園」で収穫した野菜を使い、野菜たっぷりカレー、サラダなどを作ります。協力して調理をし、食事をしながら楽しく語り合ひましょう！
農活未参加の方も大歓迎です！スタッフや農活参加者から農業の面白さを聞くこともできます。
皆さんからのご予約をお待ちしております！

「先輩に聞こう！」

～ 34歳 初めての正社員 ～



人生のスピードやタイミングは人それぞれだと思います！私は34歳がベストタイミングでした！！

講師：ひゅーまにあ広瀬川
千葉 秀和 氏

34歳にして、正社員となった千葉氏。これまでは、安定しない不正規での仕事を転々としてきました。無職の状態で、途方に暮れた時代もありました。そんな中でも、諦めずに着実に歩みを進められたのはなぜなのか？逆境の乗り越え方、今までの苦勞などお話しいただきます！！

日時：9月30日(火) 14:00～16:30
会場：八本松市民センター1階会議室
参加費：300円

出前相談のお知らせ

毎回10:00～16:00(1組 約50分程度)で個別相談を行います。電話でのご予約をお願いいたします。 ※電話 (022-246-9685)

日にち	地区	会場
9月9日(火)	塩釜	市番館(市民交流センター) 塩釜市本町1-1 (電話022-365-5000)
9月16日(火)	富谷	仙台保健福祉事務所黒川支所 黒川郡富谷町ひより台2丁目42-2 (電話022-358-1111)
9月30日(火)	角田	ウエルパークかくだ(角田市総合保健福祉センター) 角田市角田字柳町35-1 (電話0224-62-1192)
10月14日(火)	大河原	大河原合同庁舎 柴田郡大河原町字南129番1号 (電話0224-53-3111)
10月28日(火)	岩沼	仙台保健福祉事務所岩沼支所 岩沼市中央3丁目1-18 (電話0223-22-2188)

※日程は変更になる場合があります

農活参加者募集中！

- ・わたげ農園
 - ・参加費無料・送迎費300円
 - ・9:20 サポステ集合
 - ・10:00～12:00 栽培・収穫
 - ・12:00～13:00 昼食・休憩
 - ・13:30～15:00 加工・販売
- ・サポステ農園
 - ・参加者無料
 - ・12:55 サポステ集合
 - ・13:00～15:00栽培・収穫

編集後記

9月って祝日が多くて嬉しいですね。どう過ごそうかなあ…。しっかり計画を練りたいと思います♪(矢崎)

久しぶりにサーフィンをしました。自転車の運転と同じで、体が覚えているものですね。自然を相手にする活動は最高です。(尾形)

今しかやれないと思うので、9月はどこか遠いところに行ってみようと思います。(藤村)

しごと体験 随時実施いたします！

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か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。

(主なしごと体験先業種)

パン作り・・・1日体験可 各種ボランティア・・・封入作業、地域清掃など

デイサービス・・・入居者の方のお話相手など

職人系・・・左官業の壁塗り、タイル貼りの現場見学

※ その他、見学や体験を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