

# せんだい 若者サポートステーション 2014年10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。

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
<div style="border: 2px solid black; padding: 5px;"> <p>10/31(金)には、みやぎジョブカフェで、せんだいサポ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。</p> </div>			【農活】わたげ農園		【農活】わたげ農園	
5	6	7	8	9	10	11
	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">                     こころの相談日                 </div>	10:00~12:30 社会人マナー①	10:15~14:00 「しごと体験」 県民ロビーコンサート	10:00~12:30 コミュニケーション①		
	13:00~16:00 「しごと体験」 ポスティング活動 【農活】わたげ農園		【農活】わたげ農園	13:30~16:00 スローステップワーク	14:00~16:30 「就活はじめの一步」 ①自分のいい所って? ~自己PR~	
12	13	14	15	16	17	18
			10:00~12:30 社会人マナー②	10:00~12:30 コミュニケーション②	9:50~11:45 ハローワーク仙台 に行こう!	
		【農活】わたげ農園	13:30~16:00 スローステップワーク	14:00~16:30 劇的ワークショップ		14:00~16:30 「就活はじめの一步」 ②適職って何? ~職業興味~ 【農活】わたげ農園
19	20	21	22	23	24	25
		10:00~12:30 社会人マナー③	10:15~14:00 「しごと体験」 県民ロビーコンサート	10:00~12:30 コミュニケーション③		
	【農活】わたげ農園		【農活】わたげ農園	13:30~16:00 スローステップワーク	14:00~16:30 「就活はじめの一步」 ③自分に大切なことは? ~価値観~ 【農活】わたげ農園	
26	27	28	29	30	31	
		14:00~16:30 「先輩に聞こう!」 横山 真氏 【農活】わたげ農園	10:00~12:30 社会人マナー④	10:00~13:30 コミュニケーション④		
	【農活】わたげ農園	13:30~16:00 スローステップワーク	14:00~16:00 1カ月集中コース 参加者 振り返り面談		14:00~16:30 「就活はじめの一步」 ④よい第一印象とは? ~応募書類・面接~ 【農活】わたげ農園	

《**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～

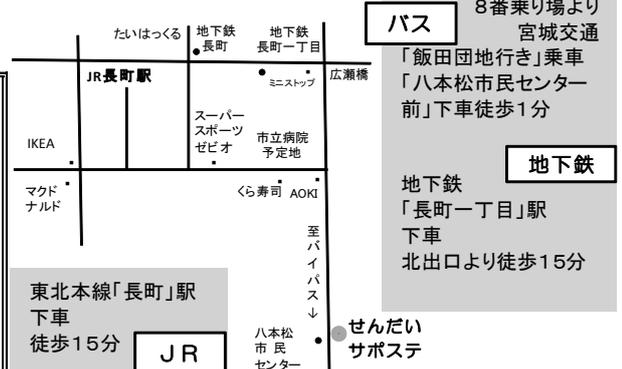
せんだい若者サポートステーションでは、キャリアカウンセリング(無料)、臨床心理士によるこころの相談(1回 2,500円)、保護者相談(無料)を行なっています。  
(1回50分程度:要予約)

## 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](mailto: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>



# 10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「就活はじめの一步」以外はすべて参加無料となります。

### 「就活はじめの一步」



「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。  
今回は劇的ワークショップ講師の「横山真氏」。  
テーマは「演劇がくれた出会い」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！」

榴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・14日(火)



### 「劇的ワークショップ」

今回のテーマは「いい年して全力で遊んでみよう」です。  
ワークを通して全力を尽くすということをやってみましょう。

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)  
県庁一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。

10月8日は「スペインフェスティバル」のフラメンコ。  
10月22日は「スペシャルオーケストラ」の演奏です。

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



## スローステップワーク

今回は10人のメンバーが参加し、自己紹介、軽作業(梱包用資材作り)をした後、2グループに分かれカードゲーム(UNO・神経衰弱)をしました。

いつもより参加人数が多く、緊張した面持ちの方が多く見られましたが、最後の方は少しはリラックスして過ごせたのではないかと思います。

参加者から「今回は大勢のメンバーの顔を覚えることができました」「同じ作業の繰り返しは嫌いではないので組み立て作業は楽しめました」「自己紹介の時、不慣れで緊張しました」「今回が初めての参加で、来る前はとても緊張していました。でも自己紹介や作業をしていくうちに段々と会話ができるようになり、緊張が解けリラックスして楽しい時間が過ごせたと思います」といった感想が聞かれました。スローステップワーク

に興味があるけど躊躇している方、ぜひ参加してみてください!(笑)  
お待ちしております。

9月4日(木)  
13:30~16:00  
八本松市民センター  
1F 和室

## 先輩に聞こう!

陽光ビルサービス 株式会社

## 松井百合子 氏

8月の「先輩に聞こう!」は、陽光ビルサービス(株)で清掃業をされている松井さんにお越しいただきました。

松井さんをご主人が長年ご病気をされてた経緯があり、夫を支えながら様々な苦勞を乗り越え、現在のお仕事に就いているそうです。

お話される中で、「自分で決め、人のせいにならない」「考えた通りにはならないのだから、考えすぎずにポンとやってみる」といった言葉には重みがあり特に印象に残りました。

参加者から「松井さんの話を聞いてチャンスがあったらやってみるということの重要さを感じました」「今日は‘考え込みすぎない’‘体験してみる’というこの2つが特に心の中に強く残りました」「松井さんの話を聞いてもっと自分の将来を深く考えようと思いました」「たくさん参考になるアドバイスを頂いて充実した時間になりました」といった感想が聞かれました。松井さん、お忙し中ご講演頂き、ありがとうございました。

8月29日(金)  
14:00~16:30  
八本松市民センター  
1F 会議室

講師: 松井さん



9月2日(火)  
10:00~14:00  
八本松市民センター  
2F 会議室

## 収穫祭

今回のイベントは、わたげ農園で採れた夏野菜を使ってみんなで何かを作ろう! ということで「収穫祭」を開催いたしました。

農業体験に参加している、してないにかかわらず16名のメンバーが参加し、2班に分かれ「カレー」と「たまごスープ」をそれぞれ作りました。

2班とも協力し合いながら時間通りに作り終えることができ、みんなで昼食をいただきました。あまりにも美味しいせいか・・・中には、3回~4回ほどおかわりする人もいました。(笑)

参加者から「みんなで協力して何かをするというイベントに参加するのは久しぶりで、とても楽しかったです」「わたげ農園で採れた野菜を使ってのカレーは美味しかったです」「農活の楽しさについてメンバーと話をすることができてよかったです」

「なにより楽しく調理することができたので良かったです」「久しぶりに会ったメンバーもいて色々話が出来たことが良かったです」といった感想が聞かれました。

ぜひまた、わたげ農園で採れた野菜を使って調理実習しましょう。



出来上りのカレー & たまごスープ + ミニトマト

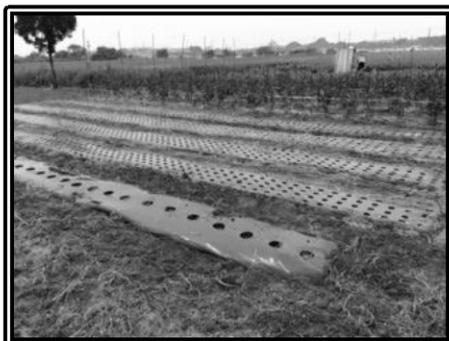
食事風景 ↓



## 農活プロジェクト

## わたげ農園報告

9月12日 現在



わたげ農園は、夏野菜が終わり、秋冬野菜の準備&収穫が始まっています。

写真は、ジャガイモ・えだまめを植えていた場所を耕し、マルチ(ビニール)をみんなで張っているところです。

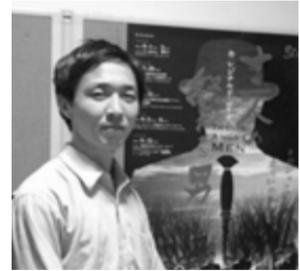
今度はこの場所に、「シュンギク」「チンゲンサイ」「ホウレンウ」「白菜」の種や苗を植えていきます。

今度の収穫祭は「白菜鍋」「キムチ鍋」になるのかな?と考えると、農業体験に参加すると、楽しみが増え「やる気も倍増」になるのではないかと思います。(笑)

農業体験はまだまだ続きます。冬の収穫祭に向けて頑張っていきましょう。皆様の参加をお待ちしております。

# 「先輩に聞こう！」

～ 演劇がくれた出会い ～



講師：演劇家 横山 真 氏



詳細

日時：10月28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

劇的ワークショップで、毎月ご指導いただいている横山真氏が昨年引き続き、「先輩に聞こう！」に登場！！  
 高校より演劇を始め、その奥深さを知り、俳優として生きる事を決意した横山氏。高校卒業後にすぐに上京、紆余曲折を経て10数年俳優としての経験を積みました。2012年に仙台に帰郷し、現在俳優にワークショップの指導にと活躍中！  
 なぜ不安定な俳優業に身を投じたのか？そこで何を学んだのか？横山氏の考えるコミュニケーションとは？これからの夢や、みなさんへのアドバイスなどお話しいただきます。

## 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
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)
11月11日(火)	塩釜	番館(市民交流センター) 塩釜市本町1-1 (電話022-365-5000)
11月18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)
11月25日(火)	角田	ウエルパークかくた(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)

※日程は変更になる場合があります

## 農活参加者募集中！

- ・参加費無料・送迎費300円
  - ・ 9:10 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
- ※午後からのみの参加もOKです。  
 10月はサポステ農園の作業はありません。

## 編集後記

秋は最も過ごしやすい季節！みなさん！読書、グルメ、スポーツにと存分に楽しんでくださいね！（矢崎）

どんどん涼しくなりますね。わたげ農園ではハクサイ植えやタマネギ植えで忙しくなります。（尾形）

同じく10月は最も好きな季節。そしてまた1つ年齢がUP！ダンディーな男 目指して頑張ります！（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