

# 若者のための就活サポート サポステ通信

2023年

# 7月

皆さんこんにちは。毎月発行しているサポステのカリキュラム表ですが、この度デザインを刷新してみました。また、折角ですので、少し通信欄を作って、より詳しくサポステの活動などがわかるようにしていきたいと思っております。今後ともどうぞよろしくお願いいたします。



## サポステ就活塾が 始まりました！

4泊5日の合宿を含むサポステ就活塾(集中訓練プログラム)が、始まりました。学校とは違う仲間と共に、ステージアップした自分に出会う為の日々を邁進中です。

## トピックス

## 親のしゃべり場開催します！

サポステは、15歳～49歳までの無業者の方の就職をサポートしています。なかなか就職が決まらない、就職に向けた取り組みが出来ない、重い腰があがらないお子様を心配される保護者の方からのご連絡もいただいております。これまでの事例やプチセミナーを交えながら、日頃の心配、イライラやかかわり方などを話に来られませんか。お申し込みは、下記のQRコードの申し込みフォームもしくは、お電話にてお願いいたします。(先着6名程度)

日時：2023年8月5日(土) 1330-1500  
場所：ヒストリア宇部

お申し込みは、QRコード→より  
フォームへ入力されるか  
お電話にてお願いいたします。



## 39農園の野菜が すくすく育っています！



4月から開始した39農園。約3ヶ月経過し、元気いっぱい野菜が育っています。

7月は、たくさん収穫できそうですよ！お楽しみに。

## 自己理解って必要！？

自分を知って、自分の良いところも悪いところも知って、その自分をどう活かすかです。仕事を探すとき、応募書類を書く時、人と接するとき、自分はこんな人って固定観念で考えていると自分の本当の魅力に気づけず、もったいない結果につながってしまうことがあります。



自分の悪い部分と思っているところも、他者からの評価はそうでないこともあります。自分を客観的に捉えることで、自分を肯定できるようになりますよ！

## うべ若者サポートステーション



宇部市新天町 1-3-5 TEL 0836-36-6666  
<https://ube-saposute.com>



## SST より良いコミュニケーションの為に

7月5日(水)1330-1500

ソーシャルスキルトレーニング(SST)とは、人が社会でほかの人と関わりながら生きていくために欠かせないスキルを身につける訓練のことです。気軽に参加してみませんか？

## ワクワクすること、好み、 出来そうな仕事は？

7月13日(木)1330-1500

カードを使って自分の職業の興味を知ろう！  
ワークショップ形式で行います。

## PC 基本のき

7月7日(金)1330-1430

パソコンを始めたい方の入門編です。  
文字打ちから練習してみましょう。

## 若者 UP！パソコン講座

Word 編 7月18日(火)1330-1500

Excel 編 7月28日(金)1030-1200

パソコンの基本的操作の練習です。  
パソコンの復習にもご活用ください。  
文字打ち、マウスが使える方が対象です。

★印は、集中訓練との合同のカリキュラムです。  
参加者多数の場合は、訓練参加者を優先します。

## 庶務の作業

7月26日(水) 1300-1430

チラシを数えて、配布の準備をします。  
単純作業をいかに丁寧にスピーディに正確に  
扱うか仕事をするうえでとても重要です。どう仕事  
に向き合うか実践練習してみましょう。

## 広報の作業

7月27日(木) 1300-1430

8月のプログラムの広報物を制作します。  
実際にサポステ前に掲示しますので、効果的な  
案内を作りましょう

## ボランティア = 神社清掃 =

7月21日(金)1030-1200

恒例の神社の清掃です。10時20分 現地集合  
交通手段のない方等は、サポステに9時50分に  
集合してください。

※暑くなってきました。タオル、帽子、飲み物、軍手、  
他、必要なものは、ご持参ください。

## 地域のイベント参加 = 土曜夜市 =

7月22日(土) 1700-

(準備)7月19日(水)~21日(金)1330-  
商店街のにぎわいづくりのお手伝いです。  
アイデアを出し合って準備します。

## 合同説明会 事前セミナー ★

7月14(火)1330-

日	月	火	水	木	金	土
						1
						心理相談
2	3	4	5	6	7	8
		小野田出張相談	ハローワーク宇部 出張相談 11-12時 コミュニケーション トレーニング		PC 基本のき	
9	10	11	12	13	14	15
			適性検査	ワクワクや好み、 出来そうな仕事は？	合同説明会 事前セミナー★	
16	17	18	19	20	21	22
		若者 UP! Word 編	ハローワーク宇部 出張相談 11-12時 土曜夜市準備	土曜夜市準備	神社清掃 土曜夜市準備	心理相談 土曜夜市
23	24	25	26	27	28	29
			美祢出張相談		若者 UP! Excel 編	
30	31	小野田出張相談	庶務の作業	広報の作業		心理相談+