

就労体験説明会

- ・自分にどんな仕事に向いているのかわからない
 - ・長い間働いていなかったので、いきなり働くことが不安。でも、自分を「変えた」！
- そんな方は、就労体験説明会に参加しませんか？就労体験は5日間から始める事が可能です。

※ 随時、個別対応をしておりますのでお気軽にお申し出ください。

ボランティア ～ラベル貼り～

宛名ラベルをA3サイズが入る大きい封筒に貼り、紐で縛り、部数を確認したのち順番に段ボール箱に入れる作業です。自分のペースで作業出来ます☆

日 時 10月20日（月）13：30～16：00

定 員 5名（初めての方優先）

SST・コミュニケーション

こんなときどうする？ 職場や日常生活での「ちょっと困った」を「ちょっとしたことで上手くいく」にするヒントを知り、身に付けていきましょう。実際の困ったと感じる場面を設定し、こんな時どうするか参加者同士で工夫を考えます。コミュニケーション能力を高めることにもつながります

日 時 10月30日（木）14：00～16：00

定 員 8名（初めての方優先）

鈴鹿・亀山・松阪・津会場にて出張相談を開催しています。 ※あらかじめ予約をお願いします。

【 亀山会場 】	亀山市総合保健福祉センター「あいあい」内	第1金曜日	13時～17時
【 鈴鹿会場 】	鈴鹿市役所7階 701ミーティングルーム	第2・4水曜日	13時～17時
【 松阪会場 】	松阪市産業振興センター2階 ワークセンター松阪	第2・4木曜日 第4火曜日	13時～17時 13時～16時
【 津会場 】	ポルタ久居 1階	第3火曜日	13時～16時



さぼすて通信 10月号



月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5
				亀山出張相談 13:00～16:00		
6	7	8	9	10	11	12
			松阪出張相談 13:00～17:00			津まつり フリマ ボランティア 14:00～17:30
		鈴鹿出張相談 13:00～17:00				
13	14	15	16	17	18	19
スポーツの日						
		身だしなみセミナー 14:00～15:30	美文字セミナー 13:30～15:00			
20	21	22	23	24	25	26
親の集い 10:00～12:00	自己分析(紙筆) 13:30～16:00	松阪出張相談 13:00～17:00				
ボランティアラベル貼り 13:30～16:00	ポルタ久居出張相談 13:00～16:00	鈴鹿出張相談 13:00～17:00	PCセミナー 13:30～15:00			
27	28	29	30	31		
若者の集い 10:00～11:30	自己分析(器具) 13:10～個別 ワークセンター松阪 13:00～16:00					
			SST・コミュニケーション 14:00～16:00			

若者就業サポートステーション ・ みえ お問合せ・お申込み先はこちら → 059-271-933

相談・セミナーは予約制になっております。		◆ 開所時間	9:00～18:00（土日祝日及び年末年始はお休みです） 交流スペースの利用時間は13時から18時です。
参加希望の方は、電話またはメールで必ず予約をお取り下さい。		◆ 住所	〒514-0009 津市羽所町700 アスト津3階
* 申込み締切日のあるもの・・・期日まで * 申込み締切日のないもの・・・前日午前中まで		◆ E-mail	saposute@mie-kinfukukyo.or.jp
遅刻、キャンセルの場合は必ずサポステまでご一報下さい。		◆ HP	https://www.mie-kinfukukyo.or.jp/sapostemie/

就労に向けたセミナー

美文字講座

綺麗な字で履歴書やメモ、お手紙などを書けると気持ちいいですね。受けとる方にも喜ばれると思いますが、自分も嬉しくなるといいます。

美文字講座で、字を丁寧に書く練習をしませんか？集中力UPにもつながります！無心で文字を書くことでストレス発散になるかも…？

「上手」に書く必要はありません、自分のペースで「丁寧」に書いていきましょう。

日 時 10月16日（木） 13:30～15:00

持ち物 筆記用具

自己分析セミナー（集団紙筆検査）

厚生労働省編一般職業適性検査（GATB）を受けて自分の適性を知ろう！

自分がどんな職業に向いているのか、どんな分野に職業能力があっているのか。客観的に職業適性をみていきます。

日 時 10月21日（火） 13:30～16:00

集合時間 13時30分 時間厳守

集合場所 サポステみえ 交流スペース

内 容 ・適性検査 ・自己採点 定 員 6名

自己分析セミナー（個別器具検査）

日 時 10月28日（火） 13:10～（30分単位で個別に実施）

集合時間 予約時間10分前

集合場所 サポステみえ 交流スペース

内 容 棒（ペグ）、丸びょう、座金を用いる検査 定 員 6名



相談・セミナーは予約制になっております。

参加希望の方は、電話またはメールで必ず予約をお取り下さい。

* 申込み締切日のあるもの…期日まで

* 申込み締切日のないもの…前日午前中まで

遅刻、キャンセルの場合は必ずサポステまでご一報下さい。

パソコンクラブ

「1度もパソコンを触ったことがない」「文字は指1本で打っている」「ワードやエクセルは使ったことがない」という初心者向けの講座です。一人ひとりのペースに合わせて個人指導をしますので、安心してご参加ください。

日 時 10月23日（木） 13:30～15:00

定 員 各回4名

若者の集い



コミュニケーション力UP

コミュニケーション力UPのためのセミナーです。

プロフィールカードを使用したり、フリートークを行ったりしながら進めていきます。コミュニケーションがちょっと苦手という方いかがですか。

日 時 10月27日（水） 10:00～11:30

親の集い

子どもの自立について語り合う、ご家族の集いです。家族内で抱え込まず、情報収集の場として、またホッと一息つける場としてご利用ください。

日 時 10月20日（月） 10:00～12:00

身だしなみセミナー

その身だしなみは相手にどんな印象を与えるのか。

清潔感のある身だしなみとは？

職場見学や面接前に一緒に考えてみませんか？

日 時 10月15日（水） 14:00～15:30