

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で、いきなり働くことが不安
でも自分を「変えたい」

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日間から始めることが可能です。

※随時、個別対応をしておりますので、お気軽にお問い合わせください。

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 1月19日(月) 13:30 ~ 16:00

定 員 5名(初めての方優先)

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の為のセミナーです。

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びっと苦手という方がいますか。

日 時 1月23日(金) 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、またほっと一息つける場所としてご利用ください。

日 時 1月26日(月) 10:00 ~ 12:00

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】 亀山市総合保険福祉センター「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

第2・4木曜日 13時～17時

ワークセンター松阪

第4火曜日 13時～16時

【津会場】 ボルタ久居1階

第3火曜日 13時～16時



さぽすて通信 1月号

月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
			松阪出張相談 13:00～17:00	亀山出張相談 13:00～16:00		
12 成人の日	13 パソコン講座 10:00～12:00	14	15	16	17	18
		鈴鹿出張相談 13:00～17:00		自分未来予想図 13:30～15:30		
19	20 パソコン講座 10:00～12:00	21	22 美文字講座 13:30～15:00	23 若者の集い 10:00～11:30	24	25
ボランティア(ラベル貼り) 13:30～16:00	ボルタ久居出張相談 13:00～16:00		松阪出張相談 13:00～17:00	SST&コミュニケーション 14:00～16:00		
26	27 パソコン講座 10:00～12:00	28	29	30 パソコン講座 10:00～12:00	31	
親の集い 10:00～12:00	ワークセンター出張相談 13:00～16:00	鈴鹿出張相談 13:00～17:00				

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 → 059-271-9333

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ください。

※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ください。

◆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13:00～18:00です

◆所在地 〒514-0009 津市羽所町700 アスト津3階

◆E-mail saposute@mie-kinfukukyo.or.jp

◆WEB <https://www.mie-kinfukukyo.or.jp/sapostemie/>

就労に向けたセミナー

SST & コミュニケーション

こんなときどうする？ 職場や日常生活の「ちょっと困った」を「ちょっとしたことで上手にいく」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。

内 容 1月23日(金) 14:00～16:00

定 員 6名(初めての方優先)

パソコン講座 ～初心者向け～

このセミナーは、パソコン初心者でも安心して参加でき、「表計算技能標準試験」の資格取得を目指す内容です。パソコンをはじめて学ぶ方や、操作の復習をしたい方も大歓迎です。どなたでもお気軽にご参加ください。

日 時 1月13日(火) 10:00～12:00

1月20日(火) 10:00～12:00

1月27日(火) 10:00～12:00

1月30日(金) 10:00～12:00

内 容 Excelの基礎



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。



自分未来予想図

あなたの未来を見つめてみませんか？

これからイメージを出来るもの(写真・イラスト・雑誌の切り抜き)等を台紙に貼ったり、カラーペンで書き加えたりしながら作成していきます。

日 時

1月16日(金) 13:30～15:30

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よね。

受け取る方にも喜ばれると思いますが、自分も嬉しくなると思います。

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

1月22日(木) 13:30～15:00

持ち物

筆記用具

お知らせ

11月に実施して、好評だった太極拳を2月2日(月)に予定しています。

関心のある方ご参加ください。