



さがみはら若者 サポートステーション

開所日

月～金、第2・4土
8:30～17:00
Tel:042-703-3861
Fax:042-703-3862
Mail:info@parasute.jp

《予定表の見方》

上段

キャリア系 プログラム

The就活的！

アクティビティ 交流プログラム

The部活的！

下段

※二重枠のプログラムはサポステを初めて利用される方・ご家族の方を対象としたセミナーになっております。

全てのプログラムは予約・登録制となっております。ご参加希望の方は、担当の相談員にご確認下さい。※スケジュールは講師等の事情で変更・追加される可能性があります。あらかじめご了承ください。

2021.1.29更新

月 Monday	火 Tuesday	水 Wednesday	木 Thursday	金 Friday	土 Saturday
-------------	--------------	----------------	---------------	-------------	---------------

1	2 朝活 @ホッと 10:00-12:00	3 いいコトし隊 @ホッと 14:00-16:00	4 就活タイム @ホッと 14:00-16:00 はじめてのオンラインミーティング @ホッと &オンライン 10:00-12:00 <small>～農業体験～ チームニローネ ※詳細は裏面</small>	5	6 サポステ 休館日
7 ハローワークガイダンス @サポステ事務所 13:00-14:00	8	9 朝活 @ホッと 10:00-12:00	10 サポートーク！ @ホッと 10:00-12:00	11 サポステ 休館日 (建国記念日)	12 就活タイム @ホッと 14:00-16:00 はじめてのオンラインミーティング @ホッと &オンライン 10:00-12:00
13	14	15	16	17	18
19	20 サポステ 休館日	21	22	23 サポステ 休館日 (天皇誕生日)	24
25	26	27	28	29	30

今年の節分は
2月2日!

2021年の恵方は
南南東

6日(土)、11日(木)、
20日(土)、23日(火)
は休館日です。



プログラム紹介



『就活タイム』

●4日(木)、12日(金) 14:00～16:00 @ホッと
そろそろ求人を見て仕事を探そうと思っているけど、いまいち動けない・・・と思っているあなた！とりあえず参加してみませんか？仲間やスタッフと色々話しながらやれば、わからない部分や不安が少しずつなくなって先が見えてくるかもしれませんよ(^_^)

『ハローワークガイダンス』

●8日(月) 13:00～16:30 @サポステ事務所
HWの職員さんが来所。13時から検索機の使い方やHWでできること、相談に乗ってくれる内容などのガイダンス。慣れた場所で顔を合わせておけば安心ですよ～！

career

『朝活』

●火曜日:2日、9日 10:00～12:00 @ホッと
「早起きは三文の得」ということで、朝活しましょ！自宅から何かを持ってくるもよし。ホットにあるもので何かをするのもよし。みんなで何かに取り組んでみるのもよし。朝活を通して、生活リズムを整えつつ、朝から何かにチャレンジして、身体もココロもスッキリしよう♪

『いいコトし隊！』

●3日(水) 14:00～16:00 @ホッと
困ってる誰かのお手伝いなど喜ばれることをやりたいTHEボランティア活動！地域清掃を中心に、自分達で考える「いいコト」を話し合っ、ボランティア活動しています。

『はじめてのオンラインミーティング』

●4日(木)、12日(金) 10:00～12:00 @ホッと&オンライン
オンラインができる方はオンラインで参加、オンラインをやったことがない方はホットでオンラインのやり方を覚えるところからスタート！ホット&オンラインで集まった人で、オンラインプログラムを含めて、ホットで何をするかを話し合ってみましょう！！

『サポトーク！』

●10日(水) 10:00～12:00 @ホッと
「テーマボックス」からひいたお題をもとに、みんなでわいわい盛り上がるこのプログラム！自分の知識を教えあげたり、知らないことを教えてもらったり、さがみはらサポステ人気プログラムのひとつです。

さ
が
み
は
ら

会場案内

- ソレイユさがみ: サポステと同じフロアになります。
- サンエールさがみはら: 橋本駅南口より徒歩10分程度です。
- 交流スペースホッと: 場所は相談員までお尋ねください。



～ニローネ プログラム～

『～農業体験～ チームニローネプロジェクト』

●木曜日: 4日、18日、25日
9:30サンエール前集合！(車でニローネに移動します)※時間厳守！
チームを組んでの農業体験。
冬場は農作業も少ないので、皆でまったり過ごそう。
連続参加大歓迎。もちろん途中参加もOK！
古民家は、行くだけで癒される～♪

