



さがみはら若者  
サポートステーション  
2021年プログラム表

**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！

下段 **アクティビティ交流プログラム**  
The部活的！

※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制・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. 2. 22更新

月 Monday	火 Tuesday	水 Wednesday	木 Thursday	金 Friday	土 Saturday
1 フットサル &ミーティング @ルネサンス橋本 &ホッと 14:00-16:30	活動報告書 プロジェクト @ホッと 14:00-16:00	フットサル &ミーティング @ルネサンス橋本 &ホッと 14:00-16:30	フットサル &ミーティング @ルネサンス橋本 &ホッと 14:00-16:30	青年会議所さんのお仕事体験会 @各体験場 ※詳細は別途	～農業体験～ チームニローネ ※詳細は裏面
2 フットサル &ミーティング @ルネサンス橋本 &ホッと 14:00-16:30	サポートーク！ @ホッと 14:00-16:00	朝活 @ホッと 10:00-12:00	朝活 @ホッと 10:00-12:00	就活タイム @ホッと 14:00-16:00	サポステ 休館日
3 ハローワークガイダンス &合同相談会 @サポステ事務所 13:00-16:30	活動報告書 プロジェクト @ホッと 14:00-16:00	朝活 @ホッと 10:00-12:00	～農業体験～ チームニローネ ※詳細は裏面	就活タイム @ホッと 14:00-16:00	ダイバーシティーカップ @マリノス大和 ※詳細は別途
4 フットサル &ミーティング @ルネサンス橋本 &ホッと 14:00-16:30	朝活 @ホッと 10:00-12:00	いいコトし隊 調査隊 @ホッと 14:00-16:00	フットサル &ミーティング @ルネサンス橋本 &ホッと 14:00-16:30		
5 ～職業適性検査～ 「GATB」 @ソレイユセミナーR4 14:00-16:30	活動報告書 プロジェクト @ホッと 14:00-16:00				サポステ 休館日 (春分の日)
6 ～職業適性検査～ 「GATB」 @ソレイユセミナーR4 14:00-16:30					
7 ～職業適性検査～ 「GATB」 @ソレイユセミナーR4 14:00-16:30					
8 ～職業適性検査～ 「GATB」 @ソレイユセミナーR4 14:00-16:30					
9 ～職業適性検査～ 「GATB」 @ソレイユセミナーR4 14:00-16:30					
10 ～職業適性検査～ 「GATB」 @ソレイユセミナーR4 14:00-16:30					
11 ～職業適性検査～ 「GATB」 @ソレイユセミナーR4 14:00-16:30					
12 ～職業適性検査～ 「GATB」 @ソレイユセミナーR4 14:00-16:30					
13 ～職業適性検査～ 「GATB」 @ソレイユセミナーR4 14:00-16:30					
14 ～職業適性検査～ 「GATB」 @ソレイユセミナーR4 14:00-16:30					
15 ～職業適性検査～ 「GATB」 @ソレイユセミナーR4 14:00-16:30					
16 ～職業適性検査～ 「GATB」 @ソレイユセミナーR4 14:00-16:30					
17 ～職業適性検査～ 「GATB」 @ソレイユセミナーR4 14:00-16:30					
18 ～職業適性検査～ 「GATB」 @ソレイユセミナーR4 14:00-16:30					
19 ～職業適性検査～ 「GATB」 @ソレイユセミナーR4 14:00-16:30					
20 ～職業適性検査～ 「GATB」 @ソレイユセミナーR4 14:00-16:30					
21 ～職業適性検査～ 「GATB」 @ソレイユセミナーR4 14:00-16:30					
22 ～職業適性検査～ 「GATB」 @ソレイユセミナーR4 14:00-16:30					
23 ～職業適性検査～ 「GATB」 @ソレイユセミナーR4 14:00-16:30					
24 ～職業適性検査～ 「GATB」 @ソレイユセミナーR4 14:00-16:30					
25 ～職業適性検査～ 「GATB」 @ソレイユセミナーR4 14:00-16:30					
26 ～職業適性検査～ 「GATB」 @ソレイユセミナーR4 14:00-16:30					
27 ～職業適性検査～ 「GATB」 @ソレイユセミナーR4 14:00-16:30					
28 ～職業適性検査～ 「GATB」 @ソレイユセミナーR4 14:00-16:30					
29 ～職業適性検査～ 「GATB」 @ソレイユセミナーR4 14:00-16:30					
30 ～職業適性検査～ 「GATB」 @ソレイユセミナーR4 14:00-16:30					
31 ～職業適性検査～ 「GATB」 @ソレイユセミナーR4 14:00-16:30					

～ ひな祭りの起源 ～  
古代中国で旧暦3月の最初の巳の日に、春の訪れを喜び、無病息災を願う厄払いの行事でした。3月初めは季節の変わり目で災いをもたらす邪気が入りやすいと考えられていて、この日に水辺で穢れを払う習慣がありました。紙や草で人形で自分の体をなでて穢れを移し、川や海にその人形を流すもので、「流し雛」はその名残です。現在のように段を組んだり、豪華な飾りを施すようになったのは江戸初期に京都の御所で盛大なひな祭りが催されてから。その後武家社会や庶民に定着していきました。

6日(土)、20日(土)、は休館日です。



# プログラム紹介

## 『活動報告書プロジェクト』

●火曜日：2日、9日、16日 14:00～16:00 @ホッと

今年度もさがみはらサポステでは様々な活動をして来ました。その活動報告書を作成します。様々な活動に参加してくれた皆さん、報告書作成プロジェクトに参加して自分たちがやってきたことをまとめてみませんか？

## 『ハローワークガイダンス&合同相談会』

●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。14時30分からは個別相談(①14時30分②15時30分)。慣れた場所で顔を合わせておけば安心ですよ！

## 『青年会議所さんのお仕事体験会』

●4日(木) @橋本商店街のお店(3軒)

2月に橋本商店街にある「居酒屋」、「不動産屋」、「美容室」が職場体験の説明をしてくださいました。今回は実際にお店で職場体験をさせていただきます。どのようなお仕事をしているのでしょうか。体験を通じて、業界が見えてくるかもしれませんよ！

## 『就活タイム』

●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！

## 『シューカツのトリセツ ～履歴書篇～』(講師：扇野浩さん)

●24日(水) 14:00～16:00 @サンエールさがみはら 第1会議室

「とりあえずアルバイトでも始めたい！でもちょっと不安が…」という方向けの履歴書の書き方&面接練習講座！講師自身、数々の面接を乗り越え、様々な仕事現場を経験してきたまさに「流浪の人」！多くの現場で実際に得た知識や経験をもとに語られる履歴書講座はまさに実践的です！

## 『GATB』

●15日(月) 14:00～16:30 @ソレイユさがみ セミナールーム4

自分の現時点での特性(得意・不得意)が分かります！自分の「得意/不得意」を知ることは仕事探しに重要な「自己理解」の第一歩！自分の得意の延長線上にある仕事はなんだろう～？

※適性検査の性質上、遅刻するとテストを受けられませんので、必ず開始5分前までにお越しください。

## 『フットサル&ミーティング』

●1日(月)、8日(月)、11日(木) 14:00～16:30 @ルネサンス橋本(13:45会場下ロビー集合)&ホッと  
3月13日(土)のダイバーシティカップに出場することになり、大会に向けて皆さんで練習しましょう！大会に出場しなくても、もちろん参加することもできますよ！

※場所の分からない方はサポステまでお越しください(要連絡)。

## 『サポトーク！』

●3日(水) 14:00～16:00 @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。

## 『朝活』

●4日(木)、9日(火) 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。ホッと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！』&『Let's封入ボランティア』

●いいコトし隊：10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！今回は「調査隊」として、何か「いいコト」ができないか、調べて、考えて、話し合っ、ボランティア活動を決めていきたいと思います！

●封入ボランティア：23日(火) 13:00～15:30 @あじさい会館(12:50会館ロビー集合)

ダイレクトメールの封入を行う『Let's封入ボランティア』です！集合は12:50あじさい会館ロビー(定員5名！)。

## 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』

●木曜日：4日、11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～♪

