



さがみはら若者サポートステーション

2024年度 プログラム表

月

火

水

木

金

土

サポステ開所日・お問い合わせ
 月～金の8:30～17:00 (休館:土、日、祝日、年末年始)
 Tel : 042-703-3861 Fax : 042-703-3862
 Mail : info@parasute.jp HP : https://parasute.jp



1	2	3	4	5	6
	9:30-13:00(9:00ホッと集合) 里芋定植(7) @ニローネ				サポステ 休館日
8 ホッと開所:9:00-16:00	9 10:00-12:00 @サン・エール いいコトし隊特別編-あじさい メイツ封入ボランティア① 14:00-16:00 @サン・エール いいコトし隊特別編-あじさい メイツ封入ボランティア②	10	11 ホッと開所:9:00-16:00 13:00-15:00 @ホッと サポーターク	12 ホッと開所:9:00-16:00 9:30-16:00(9:00ホッと集合) こむぎプロジェクト @ホッと	13 サポステ 休館日
15 ホッと開所:9:00-12:00 13:00-15:00 @ルネサンス橋本 フットサル 13:30-16:30 @ソレイユ 職業適性・興味検査①(15)	16 ホッと開所:9:00-16:00 13:30-14:30 @ホッと ちょっとホッと(3)	17 13:30-15:30 シューカツ ハジメの一步 @ソレイユ	18 ホッと開所:9:00-16:00 13:30-16:30 @ソレイユ 職業適性・興味検査②(15)	19 ホッと開所:9:00-12:00 13:00-15:00 @ホッと 女子会	20 サポステ 休館日
22 ホッと開所:9:00-16:00 13:00-15:00 @ホッと ハンドクラフト(10) 14:00-16:30 @サポステ HWガイダンス&合同相談会(3)	23 ホッと開所:9:00-16:00 9:30-13:00(9:00ホッと集合) 春野菜手入れ(7) @ニローネ 13:00-16:00 @あじさい会館 Let's 封入ボランティア(10)	24	25 ホッと開所:9:00-16:00 13:30-14:30 @サポステ ちょっとホッと(3)	26 9:30-16:00(9:00ホッと集合) こむぎプロジェクト @ニローネ 13:30-16:30 さがみはらサポステ説明会&簡易 相談会(6) ※詳細は別途	27 サポステ 休館日
29 サポステ休館日(昭和の日)	30 ホッと開所:9:00-16:00 9:30-13:00(9:00ホッと集合) 夏野菜の定植(7) @ニローネ	<p>※すべてのプログラムは予約・登録制となっています。参加ご希望の方はサポステスタッフにお問い合わせください。 ※各プログラムの詳細は裏面にありますので、参照してください。 ※()内の数字は参加定員です。 ※スケジュールは講師の事情や天候などで変更になる可能性があります。予めご了承ください。 ※サポステが休館日でもプログラムのみ行う場合があります。</p>			



緑字: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プログラム

更新:2024年3月14日

✧ さがみはらサポステ 2024年4月プログラム紹介 ✧

職業適性(GATB)・興味(VRT)検査〈全2回〉 @ソレイユさがみセミナールーム2

1日目: 15日(月)13:30~16:30 職業適性検査(GATB)
2日目: 18日(木)13:30~16:30 職業興味検査(VRT)&各検査の解説
職業適性検査(GATB)と職業興味検査(VRT)を受けて、その検査結果の解説も行う2日間のプログラムです。自分の適性や興味の自己理解を深め、お仕事探しの参考を受けてみてはいかがでしょうか。

シューカツ ハジメの一步!~サポステ版『孫子の兵法』~ 講師:扇野 浩さん @ソレイユさがみセミナールーム4

17日(水) 13:30~15:30
約2500年前の中国に生まれた勝負の手引書『孫子の兵法』。歴史的名著には現代の就活に活かせるような教訓があるんです!就活を始める前に参考になりそうなことを習得して就活に活かしてみませんか?

ハローワーク(HW)ガイダンス&合同相談会

22日(月)14:00~16:30 @サポステロビー
HWの職員さんが来所して検索機の使い方やHWでできること、相談できる内容などを説明していただきます。14:30~は個別の相談会です。慣れた場所でHWの相談員さんと顔合わせしておけば安心ですね!

~食と農のプログラム~

里芋定植 9日(火)9:30~13:00(9:00ホッと集合⇒車移動) @ニローネ
その字のごとく、里芋の植え付けをします。

春野菜手入れ 23日(火)9:30~13:00(9:00ホッと集合⇒車移動) @ニローネ
3月に植えた春野菜の収穫に向けた手入れをします。

夏野菜定植 30日(火)9:30~13:00(9:00ホッと集合⇒車移動) @ニローネ
暖かくなったこの時期に、夏野菜の定植を行います。

~こむぎプロジェクト~

12日(金) 9:30~16:00(9:00ホッと集合) @ホッと
小麦を使つての試作会をします。何を作るかはまだ決まってません。

26日(金) 9:30~16:00(9:00ホッと集合⇒車移動) @ニローネ
小麦にも栄養が必要です。しっかりと実がなるように肥料を与える「追肥」作業を行います。

いいコトし隊特別編-あじさいメイツ封入ボランティア @サンエール・さがみはら

9日(火) ①10:00~12:00 ②14:00~16:00
相模原市の福利厚生を担うあじさいメイツ。会員の方々に発送する冊子を封入する作業のボランティアです。

サポトーク! 11日(木) 13:00~15:00 @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。自分の知識を教えてあげたり、逆に教えてもらったり。人気のプログラムの1つです!

フットサル 15日(月)13:00~15:00(開始15分前にルネサンス橋本1F集合) @ルネサンス橋本

初心者歓迎の運動系プログラム。たまには汗をかいて、悩みや不安を吹き飛ばしてみてもどうでしょうか?女子も参加しているので、気軽に参加してみませんか?動きやすい服装で、タオルと水分を忘れずに✧
※場所が分からない方はサポステに来てください(事前連絡要)。

ちょっとホッと 16日(火)13:30~14:30 @ホッと 25日(木)13:30~14:30 @サポステロビー

サポステのプログラムに参加したことがない方向けのプログラム。16日はホッとでボランティア活動やゲームをしたりします。先輩利用者さんがホッとについて、優しく教えてくださいよ!25日はサポステでボランティアやゲームなどを行います。どちらも少人数で行いますので、安心して参加してくださいね✧

女子会 19日(金) 13:00~15:30 @ホッと

毎月、女子だけで様々なことをやっているプログラム。
4月はタコ焼きパーティーです!中に入れる具材を一品持ってきてくださいね♪

ハンドクラフト 22日(月) 13:00~15:00 @ホッと

毎月、自分1人ではなかなかやらないアートをやります。4月は『マスキングテープアート』をやりますよ!

Let's 封入ボランティア

23日(火)13:00~15:30(12:50あじさい会館ロビー集合) @あじさい会館
相模原ボランティア協会の会報誌の封入ボランティアです。今回は普段と曜日が違いますので気を付けてくださいね!