



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

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



月 火 水 木 金 土

1	ホッと開所:9:00-16:00	2	ホッと開所:9:00-16:00	3		4	ホッと開所:9:00-16:00 9:30-13:00(9:00ホッと集合) じゃがいも収穫(7) @ニローネ 9:30-11:30 @ホッと ちょっとゆるゲーム(10) 13:00-15:00 @ホッと ほかふれチラシプロジェクト①(6)	5	9:30-16:00 @ホッと こむぎプロジェクト	6	サポステ 休館日
8	ホッと開所:9:00-16:00 9:30-11:30 @ホッと ハンドクラフト(10)	9	ホッと開所:9:00-16:00 9:30-11:30 @ホッと ほかふれチラシプロジェクト②(6) 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 14:00-16:00 @サポステ さがみはらサポステミニ説明会& 簡易相談会(3)	12	ホッと開所:9:00-16:00 13:00-15:00 @ホッと 職業人講話	13	サポステ 休館日
15	サポステ休館日(海の日)	16	ホッと開所:9:00-12:00 13:00-14:30 @ホッと ちょっとホッと(3) 13:00-15:00 @ホッと 女子会	17		18	ホッと開所:9:00-16:00 9:30-13:00(9:00ホッと集合) 夏野菜管理(7) @ニローネ 13:00-15:00 @サン・エール Let's ピンポン 13:00-15:00 @ホッと ほかふれチラシプロジェクト③(6)	19	9:30-16:00 @ホッと こむぎプロジェクト	20	サポステ 休館日 9:30-11:30 家族セミナー (50) @サン・エール
22	ホッと開所:9:00-16:00 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 13:00-15:00 @ホッと ほかふれチラシプロジェクト④(6)	24		25	ホッと開所:9:00-16:00 13:00-15:30 @あじさい会館 Let's 封入ボランティア(5)	26	25(木)～26(金) 前期集中訓練プログラム合宿	27	サポステ 休館日 9:00-15:00 サンエール・ マルシェ(3) @サン・エール
29	ホッと開所:9:00-16:00 13:30-16:30 さがみはらサポステ説明会&簡易 相談会(6) @HW相模原	30	ホッと開所:9:00-16:00	31	※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。						

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6月28日

✧ さがみはらサポステ 2024年7月プログラム紹介 ✧

職業人講話 12日(金) 13:00~15:00 @ホッと
今回は昨年度前期集中訓練プログラムに参加したOB・OGとの座談会。詳細はホッとスタッフにお聞きください。

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～

暑い時期になっています。畑作業のしやすい服装だけでなく、水分や塩分接種や体を冷やす対策もして参加してください。

じゃがいも収穫 4日(木)9:30~13:00(9:00ホッと集合⇒車移動)
春に植えたじゃがいもが収穫の時期を迎えました!!みんなで収穫をしましょう✧

夏野菜管理 18日(木)9:30~13:00(9:00ホッと集合⇒車移動) @二ローネ
夏野菜の成長と共にやっかいな雑草も一緒に成長してしまいます…夏野菜の実りのためにお手入れをしますよ♪

サンエール・マルシェ 27日(土) 9:00~15:00 @サン・エール前
二ローネ(相模原市緑区韮尾根)で収穫した野菜を販売するこのプログラム。野菜の種類を知ることでもできるし、販売の体験もできる機会ですよ!!

～こむぎプロジェクト～

5日(金)・19日(金) 9:30~16:00(9:00ホッと集合) @ホッと
小麦の収穫も終わり、今回のこむぎプロジェクトのまとめとして何をやるかのミーティングや試作をしますよ!!

～ほかふれチラシプロジェクト～

①4日(木) 13:00~15:00 ②9日(火) 9:30~11:30
③18日(木) 13:00~15:00 ④23日(火) 13:00~15:00

※場所はすべてホッとです。

毎年秋に相模原ボランティア協会主催で行われる『ほかほかふれあいフェスタ』。今年は10月12日(土)に開催されます！そのチラシ作成依頼が協会から来ていますので、その活動を始めますよ!!チラシ作成だけでなく、フェスタ当日のボランティア活動もしますよ♪

ちょっとホッと 2日(火)13:30~14:30 @サポステロビー
9日(火)13:30~14:30 @ホッと
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。2日はサポステでボランティアやゲームをしたりします。9日は先輩利用者さんがホッとについて説明してくれたり、ボランティアやゲームをして過ごします。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✧

ちょっとゆるゲーム 4日(木) 9:30~11:30 @ホッと
ちょこっとゆる〜くゲームをする時間♪サポステのプログラムにあまり参加したことが無い方向けなので、気兼ねなく参加してみてくださいね♪

ハンドクラフト 8日(月) 9:30~11:30 @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。7月は『うちわづくり』です。自分の作ったうちわで今年の夏を乗り切るのもいいですよ♪

いいコトし隊特別編-あじさいメイツ封入ボランティア
9日(火) ①10:00~12:00 ②14:00~16:00 @サン・エールさがみはら
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。

女子会 16日(火) 13:00~15:00 @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。7月は『アイシングクッキー』です。焼きあがったクッキーにお好みで絵を描いて、見ても楽しみ、食べても楽しみましょう✧

let's ピンポン 18日(木)13:00~15:00 @サン・エールさがみはら多目的室B
暑い時期なので室内で、ピンポンとかる〜く運動しませんか？動きやすい服装で、水分も忘れずに♪

Let's 封入ボランティア
25日(木)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。今月は普段と曜日が違いますので気を付けてくださいね♪