



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 |
|--|--|--|--|--|---|
| <p>1 衣更え スポーツの日 十三夜</p> <p>読書週間 ハロウィン オクトーバーフェスト</p> <p>ホッと開所:9:00-16:00</p> <p>9:30-11:30 @ホッと しごと力をみがこう! ⑦(8)</p> | <p>2</p> | <p>3</p> <p>ホッと開所:9:00-16:00</p> | <p>4</p> <p>ホッと開所:9:00-12:00</p> <p>13:30-16:00 @サン・エール 集中訓練プログラム最終発表会 &後期集中訓練プログラム説明会</p> | <p>5</p> <p>サポステ 休館日</p> | |
| <p>7</p> <p>ホッと開所:9:00-16:00</p> <p>9:30-11:30 ハンドクラフト(10)</p> <p>13:30-14:30 @ホッと ちょっとホッと(3)</p> | <p>8</p> <p>ホッと開所:9:00-16:00</p> <p>9:30-11:30 @ホッと しごと力をみがこう! ⑧(8)</p> <p>13:00- @未定 (株)平山見学会 ※詳細別途</p> <p>13:00-15:00 @未定 You doフェスプロジェクト①</p> | <p>9</p> | <p>10</p> <p>9:30-13:00(9:00ホッと集合) 秋冬野菜管理(6) @ニローネ</p> <p>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</p> <p>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</p> | <p>11</p> <p>ホッと開所:9:00-12:00</p> <p>13:00-15:00 @ホッと 女子会</p> <p>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)</p> | <p>12</p> <p>サポステ 休館日</p> <p>9:30-16:30 ほかふれ フェスボラ @あじさい会館 ※チラシ参照</p> |
| <p>14</p> <p>サポステ休館日(スポーツの日)</p> | <p>15</p> <p>ホッと開所:9:00-16:00</p> | <p>16</p> <p>13:30-15:30 シューガツのトリセツ 「面接対策編」 @ソレイユ</p> | <p>17</p> <p>9:00-16:00 @ホッと こむぎプロジェクト</p> | <p>18</p> <p>9:30-16:00(未定) @ホッと こむぎプロジェクト最終発表会</p> | <p>19</p> <p>サポステ 休館日</p> |
| <p>21</p> <p>ホッと開所:9:00-16:00</p> <p>13:00-15:00 @ホッと ちょっとゆるトーク(10)</p> <p>13:30-16:30 @橋本公民館 職業適性・興味検査①(12)</p> | <p>22</p> <p>時間未定(9:00ホッと集合) 秋のお出かけ☆(詳細別途)</p> <p>13:00-15:00 @未定 You doフェスプロジェクト②</p> <p>13:00-15:30 @あじさい会館 Let's 封入ボランティア(5)</p> | <p>23</p> <p>13:30-15:30 シューガツのトリセツ 「面接実践編」 @橋本公民館</p> | <p>24</p> <p>ホッと開所:9:00-16:00</p> <p>9:30-13:00(9:00ホッと集合) さつまいも掘り(6) @ニローネ</p> <p>13:00-15:00 @ホッと 職業人講話</p> | <p>25</p> <p>ホッと開所:9:00-16:00</p> <p>9:30-16:00(9:00ホッと集合) マルシェ準備(6) @ニローネ</p> <p>13:30-16:30 @橋本公民館 職業適性・興味検査②(12)</p> <p>13:30-14:30 @サポステ ちょっとホッと(6)</p> | <p>20</p> <p>サポステ 休館日</p> <p>橋本ハロウィン ボランティア @橋本商店街 ※詳細別途</p> <p>26</p> <p>サポステ 休館日</p> <p>9:00-15:00 サンエール・ マルシェ(3) @サン・エール</p> |
| <p>28</p> <p>ホッと開所:9:00-16:00</p> <p>13:30-16:30 @産業会館 さがみはらサポステ説明会 &簡易相談会(6)</p> <p>14:00-16:30 @サポステ HWガイダンス&合同相談会 (3)</p> | <p>29</p> <p>ホッと開所:9:00-16:00</p> <p>9:30-11:30 @ホッと しごと力をみがこう! ①(8)</p> | <p>30</p> | <p>31</p> <p>ホッと開所:9:00-16:00</p> | <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。</p> <p>※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。</p> <p>※()内の数字は参加定員です。</p> <p>※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。</p> <p>※サポステ休館日でもプログラムのみを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10月1日

✧ さがみはらサポステ 2024年10月プログラム紹介 ✧

しごと力をみがこう！(全8回)

最後の2回:1日(火)・8日(火) 9:30~11:30 @ホッと
新規スタートの1回目:29日(火) 9:30~11:30 @ホッと
就活をしてみたいけど何から始めたらいいんだろう？と思っている方向けの連続講座。パソコンを触って一般的に使用されているWordやExcelを1から学ぶ機会ですよ!!パソコン初心者大歓迎のプログラムです。ホッとで仲間と共に就活スタートの足掛かりにしてみませんか？

前期集中訓練プログラム最終発表会&後期集中訓練プログラム説明会

4日(金) 13:30~16:00 @サン・エールさがみはら第1会議室
4ヶ月間行ってきた前期集中訓練プログラム。参加者5人のまとめの発表会です。参加して得られたこと、自分の想いなどの生の声を聞きにいらしてください！また、11月からスタートする後期集中訓練プログラムの説明会も行います。前期とは違った内容になりますので、ぜひ詳細を聞きに来てくださいね♪

(株)平山見学会 8日(火) 13:00~ ※その他詳細は別途

サポステOB・OGも勤めている(株)平山。先輩たちが働いている企業を見学するチャンスですよ!!

シューカツのトリセツ『面接対策編』 講師:扇野 浩さん

16日(水) 13:30~15:30 @ソレイユさがみ セミナールーム4
「バイトを始めたい！でも不安が…」という方向けの面接講座。講師自身、数々の面談を乗り越え、様々な仕事現場を経験してきたまさに「流浪の人」！たくさんの経験を基に語られる講座は実践的です！

シューカツのトリセツ『面接実践編』 講師:扇野 浩さん

23日(水) 13:30~15:30 @橋本公民館 小会議室
知識として面接の受け方は学んだ。でも実際に面接を受けるとなると不安…面接は習うより慣れるもの。たくさん練習してお互いにアドバイスし合っ、カラダで覚えてしまえば、いざ本番でも動いたり話せたりできるようになるかも?!

職業適性・興味検査(全2回)

@橋本公民館 中会議室

1日目:21日(月) 13:30~16:30 :職業適性検査(GATB)
2日目:25日(金) 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、その検査結果の解決を行う2日間のプログラムです。自分の適性や興味を自己理解を深め、お仕事探しの参考に受けてみてはどうでしょうか

職業人講話 講師:就労移行支援プラナー 羽田野さん、芳賀さん 24日(木)13:00~15:00 @ホッと

障がい者向けの支援機関って、いまいちイメージが湧かなかつたり、なんとなく不安を覚えたりする方は多いのでは？今回は就労移行支援プラナーのスタッフさんをお招きし、お話を伺います。実際に話をきくと「障がい者支援」って特別なことじゃないし、怖くもないことが分かるかも!?

ハローワーク(HW)ガイダンス&合同相談会 28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さんと顔合わせしておけば安心ですよ！

~食と農のプログラム~

まだ暑いかもしれませんが。畑作業のしやすい服装だけでなく、水分や塩分接種など暑さ対策もして参加してください。

秋冬野菜管理 10日(火)9:30~13:00(9:00ホッと集合⇒車移動) @二ローネ

秋冬に収穫を迎える野菜が成長するように草むしりや追肥などの作業を行います。

ハンドクラフト 7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。10月は『ハロウィン飾りを作ろう!!』です。画用紙を使ったり、マスキングテープやビーズなども使って想い想いの飾りを作ってみませんか。

ちょっとホッと 7日(月)13:30~14:30 @ホッと 25日(金)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。7日は先輩利用者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。25日はサポステでお仕事のお手伝いをしてもらいますよ♪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♪

いいコトし隊特別編-あじさいメイツ封入ボランティア

10日(木)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 11日(金) 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。10月は先の3ヶ月で何をやるかのミーティングをしますよ!!1人じゃなかなかできないことも皆とならできることがあるかもしれません!! 勇気を出して提案してみてもどうでしょうか？

ちょっとゆるトーク 21日(月) 13:00~15:00 @ホッと

自分が好きなこと、好きなものなどの共通の話題でトークする時間♪話すことが苦手な方向けのプログラムです。ちょこっと、ゆるっとお話しませんか？

Let's 封入ボランティア

22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。暖かい方々と楽しく封入作業ができますので、ぜひ参加してみてくださいね♪

~こむぎプロジェクト~

17日(木) 9:30~16:00 @ホッと
18日(金)の発表会に向けた、最終準備をやります。
18日(金) 9:30~16:00 @ホッと
一年間活動してきたまとめの発表会です!!

~You doフェスプロジェクト~

2025年3月1日(土)に、NPO法人ゆどうふ主催の音楽フェス《You doフェス》の実行プロジェクトです。イベント企画に参加できるチャンスですよ!!

第1回目:8日(火) 13:00~15:00 会場未定
第2回目:22日(火) 13:00~15:00 会場未定

さつまいも掘り 24日(木)9:30~13:00(9:00ホッと集合⇒車移動)@二ローネ

さつまいも収穫時期を迎えるので、みんなでたくさん掘りましょう♪

サンエール・マルシェ 準備:25日(金)9:30~16:00(9:00ホッと集合) @二ローネ 販売:26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、販売の体験もできる機会です!!