



さがみはら若者サポートステーション

2025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

Calendar grid showing dates from 1 to 30 with program details. Includes activities like '女子会', 'サポステ説明会', '職業適性検査', and 'ハンドクラフト'. Also includes a notice for the 29th (Shwa no Hi) and a disclaimer for the 30th.



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

✧ さがみはらサポステ 2025年4月プログラム紹介 ✧

職業適性・興味検査《全2回》

@橋本公民館 小会議室

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？

ハローワーク(HW)ガイダンス&合同相談会

17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よ！

～食と農のプログラム～

だんだん暑くなってきました。外作業が多いので、タオル、水分、日よけ、着替えなど暑さ
対策を各自しましょう!!

里芋定植 8日(火)14:00~16:00(13:30ホッと集合) @ニローネ
秋の収穫に向けて、里芋の植え付けを行います。

じゃがいも間引き 22日(火)14:00~16:00(13:30ホッと集合) @ニローネ
目が出てきたじゃがいもですが、間引きをして1つ1つが大きく成長するように
手入れをする作業です。

～こむぎプロジェクト～

特別編～ユメシホウの会訪問～

18日(金) 7:30~(7:00ホッと集合) @茨城県桜川市
ニローネで製作している小麦の品種は「ユメシホウ」。この品種が生まれた茨城県
桜川市で「ユメシホウ」を生産している「ユメシホウの会」の方々にお会いして
「ユメシホウ」について学びますよ!!

中耕と追肥 25日(金) 9:30~16:00(9:00ホッと集合) @ニローネ
中耕と追肥作業を行います。

女子会 7日(月) 13:00~ @ホッと集合
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『お花見散歩✧』。
皆で集まってからどこの桜を見に行くか決めます。お散歩しながら桜や春を感じる
写真を撮りませんか??

いいコト特別編-あじさいメイツ封入ボランティア①②

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
ボランティアです。

ちょっとゆるトーク 11日(金) 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？

ちょっとホッと 15日(火)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。15日は先輩
利用者さんがホット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日はサポステでボランティアやゲームをしますよ♪
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✧

フットサル

21日(月)13:00~15:00(15分前にルネサンス橋本1F集合) @ルネサンス橋本
久々のフットサルです！上手下手関係なく、一心にボールを追いかけるのも悪く
ないですよ♪動きやすい服装で、タオル・飲み物・着替えを忘れずに!!

Let's 封入ボランティア

24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。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♪

ハンドクラフト 28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『ドリームマップ作り✧』をやりますよ!!今後なりたい自分像や自分の好きな
世界感などをちぎり絵で表現してみませんか??