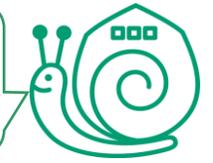




さがみはら若者サポートステーション

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



Calendar table with columns for days of the week (月, 火, 水, 木, 金, 土) and rows for dates (2, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 30, 31). Each cell contains event details like '9:30-11:30 @ホッと しごと力をみがこう!!(6)'.

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



X(旧Twitter) やってます!! 見てね!!



✧ さがみはらサポステ 2026年3月プログラム紹介 ✧

しごと力をみがこう!!(最後の1回) 2日(月) 9:30~11:30 @ホッと
就活をしたいけど何から始めたらいいんだろう??と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!!パソコン初心者大歓迎のプログラムです。ホッとで仲間とともに就活スタートの足掛かりにしてみませんか??

職業人講話 6日(金)13:00~15:00 @ホッと
今回お話しして下さるのは、さがみはらサポステを利用して就労に至ったOBです。サポステを利用しているときは何を感じ、何を思っていたか。就労しようと思ったきっかけなどの生の声を聞くチャンスですよ!!

後期ジョブワークショップ最終発表会 13日(金)13:30~16:00 @ホッと
昨年11月からスタートしたジョブワークショップ。畑仕事をやったり、自分たちで考えて2日間の都内ウォーキングを実行したり、職場体験や就職活動をしたり、と4カ月間経験して来たこと、参加者の思いなどもまとめて発表する会です。

ハローワーク(HW)ガイダンス&合同相談会

16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下さいます。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~

小麦の中耕・追肥&あぐりんず

10日(火)9:30~16:00(9:00ホッと集合) @ニローネ
小麦の成長を促すために中耕と追肥作業を行います。そのあとはあぐりんぐつぐいに寄って、地元の農産物で何かいいものを見つけてみませんか??

じゃがいも定植 17日(火) 13:30~15:30(12:30ホッと集合) @ニローネ
6月くらいに収穫のじゃがいもですが、3月から仕込みます。丁寧に植えて、じゃがいもの成長を楽しみにしましょう!!

つばやき大作戦!!(はがし作業)

2日(月)13:00~15:00(12:50サポステ集合) @橋本商店街
1月に橋本商店街に張り出したポップを片付ける作業をします。橋本商店街あちこちに貼ってあるので、はがし忘れがないように頑張りましょう!!

女子会 3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。3月は『心理占いテスト✧』。心理テストなどの本やスマホを使って、みんなで心理テストしながらあそび感覚で楽しみませんか??飲み物やちょっとしたお菓子などもOKです✧

ちょっとホッと 9日(月)13:30~14:30 @サポステロビー
24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。9日はサポステで作業のお手伝いです。24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✧

ハンドクラフト 16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。3月は『木工』。コースターなど木材を使って自由に木工細工をやります。こういう機会に木工をやってみませんか??

Let's 封入ボランティア

18日(水)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!

菜の花畑に写真を撮りに行こう!! ※雨天中止

20日(金)13:00~16:00(12:00ホッと集合) @城山スタジオ
この時期になると、菜の花畑は満開です!!2月にお手入れをお手伝いした菜の花がきれいに咲いているところを見に行きませんか??一般のお客様の案内など少しお手伝いをしながら、あなたも菜の花畑で撮影してみませんか??

ちょっとゆるゲーム 26日(木) 13:00~15:00 @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!