

いがサポステ 通信

発行日:2020年11月1日

いが若者サポートステーション(通称サポステ)は、働くことに踏み出したい若者に向き合い、「働きだす力」を引き出し、「職場定着するまで」を全面的に支援します。

厚生労働所からの委託を受けて運営しています。利用対象者は15~49歳で、仕事に就いていない方とそのご家族です。利用料は無料です。

利用者情報 (4月~10月)

新規登録者:31名「サポステ 20名/サポステプラス 11名」

就職決定者 13名

性別	住所	年齢
男性	伊賀市	15歳~
女性	名張市	20歳~
	津市	30歳~
※サポステ(15~39歳)サポステプラス(40~49歳)		40~49歳



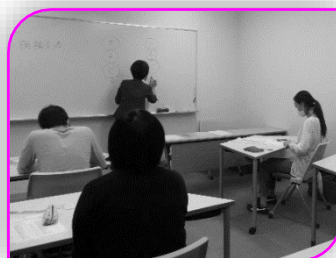
毎月第2火曜日 開催

コミュニケーション マナー講座

社会人としてのマナーをしっかりと身につけ、良好な人間関係を築くために開催しています。

講師は株式会社Will Staffの伊藤 友木子さんです。開催は4月からの予定でしたが、新型コロナウイルス感染拡大防止のために1ヶ月遅れの5月からになりました。そのため、6月は2回開催というイレギュラーな形になりました。テーマは「コミュニケーション力の向上」「好感の持てる話し方」「面接の立ち居振る舞い注意点」など毎回違います。

参加者から「初対面の方と信頼関係を築く大切さや第一印象の大切さを学びました」「普段の会話をする時でも苦手意識があつていやな気分になることはあったものの、今は楽しいです」などの感想がありました。

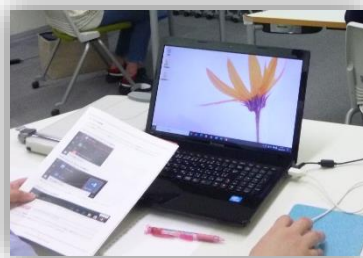


自信をもって仕事ができるように..

パソコン講座

どのような仕事に就いてもパソコンスキルは必要です。パソコン講座を5月から毎月開催しています。Windows10の基本的な使い方から、仕事でよく使われるWord・Excel・PowerPointの操作を習得する5回の講座になっています。事前にタイピング練習は必要ですが、パソコンと教科書はサポステで準備します。

参加者から「丁寧に説明して頂いて、基本的な操作などが理解できてよかったです」「使えるようになって嬉しかったです」などの感想がありました。



~コラージュとは「糊による貼り付け」という意味です~

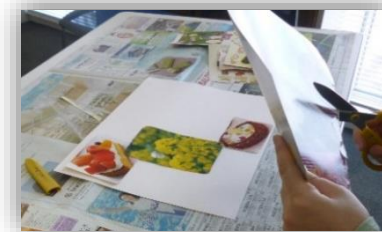
コラージュ講座 6月17日(水)

雑誌やパンフレットなどから絵や写真、文字などをハサミで切り抜き、台紙に自由に貼り付けます。

講師は産業カウンセラーの浦田敦子さんです。

講座では講師から説明の後、自分の好きな絵や写真を選んで切り抜きました。切り取ったものをイメージに合った色の台紙に貼り付けていきます。完成した作品に作品名が付けられ、ホワイトボードに貼り、参加者各自のコメントを発表しました。参加者からは「自分の感情や想像したものが目に見える形になっていくのが楽しかったです」「一人ひとり個性的で自分の意思がはっきりした作品ばかりだったので、素敵だと思いました」との感想がありました。

サポステでは作品を通して気が付いたことを「個別面談」で再確認し、次の行動につなげるようにしています。



ストレスマネジメント講座 9月15日(火)

第1回目のストレスマネジメント講座を開催しました。

講師は岡田敦さん(上野病院 公認心理師)です。

岡田さんから、ストレスと上手に付き合うためには、自分のストレスを知ることが大事であること。ストレス反応はカラダやココロ、コウドウに表れるので、不調=ストレスサインであることを知り、何らかの対処をしていくこと。ストレスサインが出たらこまめな発散をしていくこと等のお話がありました。最後には、参加者各自のストレス発散方法について聞き、参加者全員で共有しました。

当日は中日新聞の取材がありました。9月16日の伊賀版に「ストレスこまめに発散を~伊賀 就職活動の若者向け講座~」のタイトルがつけられ、写真入りで紹介されました。参加者からは「ストレスを感じた時に、ストレス、不安感にうちかたなければいけないと思っていたので、少し気持ちが楽になりました」という声がありました。



仕事についての話を聞きました。

「職業講話」

- 第1回 7月28日(火)
講師:竹内 幸治 さん (クライミングジム BAMBOO Bouldering)
- 第2回 10月27日(火)
講師:川北 剛 さん (株式会社 俳都ピア 業務次長)
保田 翔章 さん (株式会社 まちづくり伊賀上野)



いが若者サポートステーション

〒518-0873 伊賀市上野丸の内500 ハイピア伊賀3階
TEL:0595-22-0039 Email:iga-saposute@npo-en.or.jp
https://npo-en.or.jp

なばりサテライト

〒518-0729 名張市南町822-2 名張産業振興センター アスピア4階