

## 利用者の方にサポステの感想を伺いました

### ① サポステで受けたプログラム

- ・個人面談 ・コミュニケーショントレーニング(コミトレ) ・職場体験
- ・面接練習 ・派遣会社を知るセミナー ・草刈り研修等

#### ☆ コミトレ:調理実習(鍋料理)

「初めて参加したわりにうまく出来た。  
 烏塩ベースのダシに野菜が盛り沢山で…。  
 インパクトがあった。」



#### ☆ 職場体験:公園清掃

「やってみて良かった。やっていなかったら、今回の  
 職場体験(農作業体験)もやらなかったかもしれない…。いい機会になった。」



#### ☆ 派遣会社を知るセミナー

「派遣の知識がなかったので、知ることが出来て良かった。  
 自分には(転々と職場を替える事は)駄目だということが分かって良かった。」

#### ☆ 草刈り研修

「“草刈機は地面と平行に動かす”など、やり方をきちんと教わって良かった。  
 自信がつくと違う。」



### ② サポステを使い始めて気が付いたこと

「“とりあえず何でもやってみよう。チャレンジしてみよう”という気になった。  
 以前は会話していた(家族でも)チラ見ぐらいしか出来なかったが、  
 面談中ふと気づいたのだが、いつの間にか相手の目を見られるようになった。  
 相手と比べると(自分が)ちっぽけに思えてくるので、人それぞれ違うということを知る。  
 趣味を見つけると違う。持ち味や個性になる。」

### ③ サポステの感想

「このままじゃ駄目だと思って自分から電話して、短期間にいろんな事を詰め込んで通ってやってみて良かった。  
 最初は会話できなかったから、おっかなびっくりだった。自分の気持ちをオドオドして話せなかったが、慣れると  
 会話もできるし、分からないことも聞ける。“慣れ”が大事。(プログラムなど)やってみるとなんとかなるし、…自分  
 が変わったと気付くと変わる。…自分の気持ちの変化に気づく。  
 サポステに登録したら、ドンドン挑戦していく。そこまで怖がらなくてもいい。スタッフが支援してくれる。」

【20代男性 利用期間:平成28年11月～現在。6月から野菜生産関連のアルバイトに就く。】

## ◆サポステ 利用状況◆

	新規登録者数	進路決定者数	割合
サポステ	1,042名	696名	66.7%

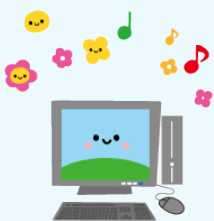
★進路決定者数割合★(開所～H29年5月末)

## キャリアインサイト

年齢や職業経験の有無に関わらず、職業を選ぶにあたって、自分自身の職業適性を評価し、職業との相性という観点から自分の個性を見つめ直す事が出来ます。

※キャリアインサイトとは

パソコンを使って、「適正評価」→「適正と職業との照合」→「職業情報の検索」  
 →「キャリアプラン」の4つの職業選択プロセスを経験できるコンピュータを使用したキャリアガイダンスシステムです。



## 「モチベーションアップセミナー」

### 参加者募集

「怖くて先に進めない」「イマイチやる気が出てこない」など、悩みを参加者同士で語り合っ、お互いのやる気スイッチをみつけてみませんか？

◆6月8日(木) 13:00～

## 「PCセミナー」受講者募集

パソコンは使ったことがあるけれど、「自信が無い」「blankがあり、おさらいしておきたい」など、パソコンの基礎&スキルアップセミナー。

◆6月9日(金) 13:00～ 「word 基礎」

◆6月22日(木) 13:00～ 「Excel 基礎」

◆6月29日(木) 13:00～ 「PP 基礎」

## 「コミュニケーションセミナー」

### 受講者募集

「職場のコミュニケーション」「自分の内面を知る」「聞く大切さと 報告・連絡・相談」「職場の信頼関係」など、キャリアコンサルタントによるワーク&セミナー。

◆毎週火曜日 14:00～17:00

## 「コミュニケーショントレーニング」

### 参加者募集

イベントやグループワークを通して人間関係づくりの基礎・社会に出る前の人との関わり方などを体験します。

◆毎週水曜日 13:00～17:00

## 派遣セミナー

今や正社員、アルバイトなどと並んで雇用形態の選択肢の一つとなっている「派遣社員」。その「派遣」の働き方について、講師の方にわかりやすく説明していただきます。

◆6月15日(木) 14:00～16:00

## こころの相談

臨床心理士による相談を行います。働くうえで気になる人間関係の不安や、なかなか他人には話しづらい精神的な心の悩み等をじっくり聞きます。

◆日時につきましてはお問い合わせください

◆場所:みやぎ北若者サポートステーション

## 出前相談(登米・栗原・涌谷)

「職務経歴書って?」「働きたいけど一歩が踏み出せない」「対人関係が苦手」「相談相手がいない」「blankが長いので、どうしたらいいのか・・・」等、仕事に関わる悩みを一緒に考えてみませんか？

◆今月の開催場所

・6月8日(木)

登米合同庁舎 保健所2階 保健相談室

・6月22日(木)

栗原合同庁舎 保健所棟 第5会議室

・6月27日(火)

涌谷公民館(旧涌谷町勤労青少年ホーム)2階 音楽室

◆時間:10:00～16:00

◆費用:無料(※事前予約優先)

## 「就活やってみよう♪」参加者募集

### ～履歴書、職務経歴書の作成、面接練習～

「履歴書の志望動機がうまく書けない」「職務経歴書の書き方が分からない」「明日、面接になったので面接練習や対策をしておきたい」等、応募書類作成や面接練習を個別に指導します。

◆毎週土曜日 13:00～17:00

◆申込みの流れ: まずはサポステまで、お電話ください。相談員が空いている日時であれば当日でも対応させていただきます。予約優先となりますので、予め日程に余裕がある場合は電話にてご予約をお願いいたします。

◆費用: 無料

◆持ち物: 書類等の添削を行う為、必要書類をご持参ください。(応募先情報、履歴書や職務経歴書に必要な情報)

## みやぎ北若者サポートステーション

〒989-6162 宮城県大崎市古川駅前大通 1-5-18 ふるさとプラザ1F

Tel: 0229-21-7022 Fax: 0229-21-7023

URL <http://saposute.roukyou.gr.jp>

facebook <https://www.facebook.com/miyagikita>

blog <http://saposute.jugem.jp>

《対象者:若年無業者(15歳～39歳)の方、及びそのご家族》

《相談・登録・プログラム利用は原則無料です。イベント等は実費を頂く事があります。》

