



第2回こころサロン開催



今年度2回目となりました「こころサロン」を開催しました。

参加者それぞれが、自分の思いを話したり、他人の話を聞くことにより、自分自身をあらためて見つめ直すプログラムとなっております。

以下、参加者の感想です。

◎参加者の感想◎

- ・みんな、いろんな悩みを持っているんだと思った。
(あまり話をすることができず) もっと話ができればよかったと思った。
- ・みんなが視線をちゃんとむけてくれていることで、私の話を聞いてくれていると思ううれしかった。
- ・初対面の人でもリラックスして話せるようになってきた。
- ・初めは話しづらかったけど、皆さんの優しさを感じました。
- ・人と話をすることとは思っていたよりも楽しいことかもしれないと感じた。
- ・自分の「好きな事」を話したりして、とても新鮮だった。



※こころサロン：サポステプログラム「こころの相談」を担当していただいております臨床心理士の先生をお迎えし、座談会形式で情報交換をしたり、交流を深めております。

公園除草作業を しました！



先日、公園除草作業を行いました。

北サポではジョブトレーニングの一環として除草作業を年数回行っています。作業を通してスタッフ・参加者同士と一緒に作業することで、実際に仕事をするうえで必要なことを共に考え学ぶためのプログラムとなっております。

暑さが落ち着いてからの公園除草作業でしたが、皆さん心地よい汗をかきました。

参加者は随時募集しておりますので、興味のある方はスタッフまでお知らせください。

今月のお知らせ

《出前相談》 相談時間：10：00～15：00（※事前予約をお願いします）

- ◆美里地域：11月12日（木） 会場：美里町起業サポートセンター Kiribi内
- ◆加美地域：11月26日（木） 会場：加美町保健福祉課 第2会議室

《こころの相談》 ◎11月の開催日◎ 11月20日（金）完全予約制です

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。

《就活やってみよう♪》

☆ 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」など、応募書類作成や面接練習を個別に支援します。

※当日でも対応可能な場合があります。まずは北サポへお電話ください。

◎ 持ち物 ◎

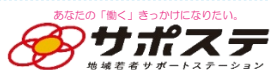
書類等の添削を行う為必要書類をご持参ください。（応募先情報、履歴書や職務経歴書に必要な情報）

《コミュニケーションセミナー》

「働く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&セミナーです。

サポステ 利用状況	総登録者数	進路決定者数	割 合
	1,187名	767名	64.6%

★進路決定者数割合★（開所～R2年9月末まで）



みやぎ北若者サポートステーション/サポステ・プラス

〒989-6117 宮城県大崎市古川旭五丁目3-3 STビルB棟1F南

相談・セミナー予約 **TEL 0229 - 21 - 7022**

- ★受付時間★10:00～17:00★休所日★土・日・祝祭日その他
- ★対象となる方★働く意欲のある15歳～39歳の方／40歳～49歳の方及びそのご家族

◆登米相談センター

〒987-0511 宮城県登米市迫町佐沼中江3-9-8 TEL 0220-23-9963 ★受付時間★10:00～15:00

登録・相談
無料

（セミナーは一部実費負担あり）