

ひばし

発行：みやぎ北若者サポートステーション

TEL0229-21-7022 FAX0229-21-7023

開所日時：月曜日～土曜日 10時～18時

第52号

7月3日

「コミトレ」懇談会&BBQ

7月3日金曜日、化女沼古代の里にて『サポステ懇談会&BBQ』を行いました。天気にも恵まれ暖かな中、集まったメンバーはスタッフを含めて計11人です。サポステ卒業生を迎え、久しぶりに顔を会わせたメンバーや初対面のメンバーもいる中、少し緊張気味の雰囲気で行き始めです。今回の懇談会のメニューは「野菜充実、お肉たっぷりBBQ」「卒業生Tさんのプロが作る特製真心カレー」「わんこそば並みに流れてくる恐しの流し素麺」「ジュワワとろ〜り焼きマシュマロサンド」です。包丁を使い慣れていない方は積極的にリーダーさんに「これはどうやって切るんですか？」とコミュニケーションをとっていたり、初参加の利用者さんも1人で作業しているメンバーに「何かお手伝いありますか？」と声を掛けたり『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』するという目的に沿って活動されていました。他にも「段取りの確認」「周囲の流れ」「メンバーの安全確保」など各リーダーさんが中心になり、進めていく事が出来ました。また、担当以外の動きも人手の足りない場所には臨機応変にアシストに入るなどの動きを見せるリーダーさんもいて大変頼もしい活動内容になりました。交流の時間ではそれぞれがバドミントンやキックベースなど身体を動かしたりと楽しく過ごすことが出来ました。何より初対面同士のメンバーさん達がお互いに話しかけたり交流を深める様子が大変多く見られており、「いつも一歩引いていたが、いい経験になった。」「自分は今でもサポステのイベントなどに参加していたが、今日は懐かしいメンバーにも会えて嬉しかったし、また新しいコミトレで出会った方たちとも交流が出来たのが良かった。」「今回沢山の方と交流が出来て良かった。また参加してみたい。」との感想が多く出ていました。

6月25日「コミトレ」ボランティア活動(市内清掃)

先日、6月25日に行われたコミトレ「ごみ拾いボランティア」のご報告です。参加したメンバーは4名と少なめな人数ではありましたが、少ないながらもお互いがコミュニケーションをとろうと積極的に会話をしていた為、初対面のメンバーが多い中、ワークショップの中でも笑いが起きるなどいい雰囲気で行われたようです。ごみ拾いの作業中は各自黙々と作業されていたようですが、途中、作業の進め方の話し合いを持つなど活動の仕方にも工夫をするなど積極的にコミュニケーションをとっていました。振り返りの中でも「新しい利用者の方が入り、積極的に話しているので頑張らなくちゃと思う。」「自分はサポステも長く、他の人に教えてあげられることもあるので、スタッフに振られなくても自分から話しかけるようにしたい。」「コミュニケーションの練習が出来て良かったです。」「あまり緊張せずに話せました。」など、前向きな意見が多くあげられていました。



7月15日「コミトレ」

スポーツ&コミュニケーション

今回は「スポーツ」です。ここ数日、急に気温が高くなってきている中、体育館でのスポーツということで、熱中症にならないよう水分補給と休憩をたくさんとりながら行いました。当日のメニューは「ネームコール・トス」→相手の名前を言ってから風船をトスするゲーム、「インディアンランニング」→軽いランニングとダッシュを交互に行う、「投げ入れバレー」→沢山の風船を相手のコートに多く入れたほうの勝ち、「バドミントン」「卓球」参加者のみなさんもスタッフも汗だくになりながら最後は本気のバトルに突入してました。みなさん肩で息をしながらも「楽しかった」と話していました。



☆新・プログラム☆ コミュニケーショントレーニング

「人との関わりが苦手。人間関係作りの苦手意識を克服したい。」「人前で話すのは緊張してしまう。話せるように頑張りたい。」「多数の人の中に入るのが苦手。少しでも慣れたい。」「などコミュニケーションに自信がないけど、「何とかしたい!!」と前向きな方に。

○内容(例) ※内容は随時変更します。

- 「ボランティア活動(地域のボランティア活動に参加し、交流しよう!)」
- 「ハローワーク訪問(登録や検索の仕方について学びます。)」
- 「スポーツ(バドミントン、卓球等。体力作りをしよう☆)」
- 「季節のイベント(花見、バーベキュー、芋煮会、忘年会等。)」
- 「職業人講話(諸先輩達の貴重な体験談などを伺います。)」
- 「工場見学(工場の中はどんな感じ?自分の目で確かめよう!)」
- 「キャリア・コンサルタントによる就職セミナー(就労について皆で考えよう。)」・・・等

毎月2回開催、8回まで参加できます。開催日、開催時間はHPでご確認、又はサポステに直接お問い合わせください。



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なおすことができます。

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ったキャリアガイダンスシステムです。

自分にどんな職業が合うのか
自分の適職を知りたい方に!!



~サポステからのご案内~

サポステの facebook・HP のスタッフブログもご覧下さい!

facebook

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

blog

<http://saposute.jugem.jp>

【個人相談】要予約／相談無料 日程：月曜日～金曜日<<相談時間 10時～16時>> 対象：ご本人・保護者もしくは家族

【こころの相談】要予約／相談無料(相談員と面談後、必要に応じて予約)

【出前相談】要予約／相談無料 対象地域：登米市／涌谷町・美里町／栗原市／気仙沼市・南三陸町

《個別相談 時間 10時～／11時～／13時～／14時～／15時～ 一人50分間》

【支援プログラム】《再就職力アップ講座・コミュニケーショントレーニング・ビジネスコミュニケーションセミナー・ジョブトレーニング・就活セミナー》
(日時が変更になる場合があります。)

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>

《対象者：若年無業者(15歳～39歳)の方、及びそのご家族》

《相談・登録は無料です。支援プログラムは場合により有料になる事があります。》



北サポ