

* 長崎サポステの支援内容 *

ご利用は**原則予約制**です。お問い合わせやご相談は随時受け付けております。
お電話にてご予約をお願いします。

開所日には、個別の就職支援（面接練習、応募書類チェックなど）も行います！

☆生活リズムを整えよう （13:30～15:00 担当：馬場）

自分のストレス管理ができる方法を習得します。

☆ストレスフリーで行こう！ （13:30～15:00 担当：大和田・小野）

簡単なゲームを用いて、自分の性格を知りストレスフリーになる方法を一緒に考えます。

☆軽作業ボランティア —ウェルカムボードを作ろう— （13:30～15:00 担当：渡辺）

サポステに飾るウェルカムボードを皆さんと一緒に作成します。

☆価値観さがしゲーム （13:30～15:00 担当：大和田・小野）

トランプを使って仕事に対する価値観を見つけるゲームを行います。

☆コミュニケーショントレーニング （14:00～15:30 担当：草野）

簡単なゲームをしながらコミュニケーションスキルの習得に取り組みます。

☆ビジネスマナー —敬語の使い方と電話対応— （13:30～15:00 担当：椋尾）

仕事に必要な敬語の使い方を習得し、スムーズな電話対応ができるように練習します。

☆模擬面接 （13:30～15:00 担当：江頭・大和田）

面接官役と面接者役をしながら、実際の面接に活かせる面接の練習を行います。

☆季節のイベント —あじさいまつりに行こう— （13:30～15:00 担当：竹野）

ウォーキングをしながらあじさいまつりに出かけます。

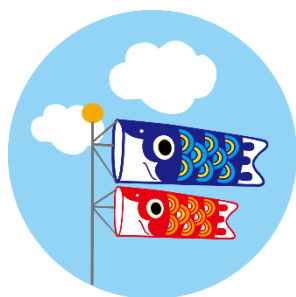
☆里親ボランティア （13:30～15:00 担当：小野）

街頭清掃を行い、ボランティア活動に貢献します。



ご予約お待ちしております！

サポステ通信



5月号
May 2019

長崎若者サポートステーション（サポステ）は、**無料**で就職支援を行っています。
対象は、仕事に就いていない **15歳から39歳まで**の方です。大学・高校等を中途退学される・された方、未就職で卒業された方、仕事を辞め仕事を探している方など、ぜひサポステをご利用ください。

☆今月のスケジュール

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
29	30	1 休館日	2 休館日	3 休館日	4
6 休館日	7	8	9 生活リズムを整えよう	10	11 人形劇
13	14 ストレスフリーで行こう！	15	16 軽作業ボランティア ウェルカムボードを作ろう	17	18 人形劇
20	21 価値観さがしゲーム	22 コミュニケーショントレーニング (14:00~15:30)	23	24 ビジネスマナー (電話対応)	25 人形劇
27 模擬面接	28 季節のイベント あじさいまつりに行こう	29	30	31 里親ボランティア	1

☆お問い合わせ先

長崎若者サポートステーション

〒850-0053 長崎市元船町 17-1 大波止ビル 4階

TEL 095-823-8248

E-mail info@nagasaki-saposute.com

WEB <http://nagasaki-saposute.com/>

