

# いちサポたより

(厚生労働省認定事業 受託団体：特定非営利活動法人ワーカーズコープ)

## 2020年12月 いちサポスケジュール

1日	火	通常相談
2日	水	通常相談
3日	木	通常相談・出張相談(ハローワーク一宮)
4日	金	通常相談
5日	土	通常相談・3秒だけ頑張る！第一印象講座
6日	日	休館日
7日	月	休館日
8日	火	通常相談
9日	水	通常相談・出張相談(ハローワーク犬山)
10日	木	通常相談・職場見学、体験説明会(製造)
11日	金	通常相談・出張相談(岩倉)
12日	土	通常相談
13日	日	休館日
14日	月	休館日
15日	火	通常相談
16日	水	通常相談
17日	木	通常相談・出張相談(ハローワーク一宮)
18日	金	通常相談・出張相談(稲沢)・マインドフルネス講座
19日	土	通常相談
20日	日	休館日
21日	月	休館日
22日	火	通常相談
23日	水	通常相談
24日	木	通常相談・出張相談(犬山市役所・岩倉)・職場見学、体験説明会(その他)
25日	金	通常相談・出張相談(江南・扶桑)
26日	土	通常相談
27日	日	休館日
28日	月	休館日
29日	火	休館日
30日	水	休館日
31日	木	休館日



※ 各種相談、プログラムは無料です。お気軽にお問合せ下さい。

### ◆ いちサポでの様々な支援内容について

1. 面談を通しての支援(面談：1回50分)  
あなたの希望や悩み、困っていることについて聴き、支援員と一緒に振り返りながら解決を目指していきます(これが基本の支援となります)
2. セミナーを通しての支援(基本支援の面談とセットで行います)
  - 人間関係作り  
コミュニケーション能力の向上、人に自分の思いを伝えるアサーション
  - メンタル力の強化  
ストレスへの対応力向上、認知行動療法での自己分析と対応
  - 社会人としての常識や教養を身につける  
一般常識、ビジネスマナー講座、社会人基礎力
3. 職場見学・体験とジョブトレーニング
  - 仕事の感覚を身につけ、就職への自信につなげていきます  
職場見学・体験等、所内作業
4. 応募活動への支援  
ハローワークへスタッフと一緒に訪問し、利用の仕方の説明や求人検索  
また、応募書類の作成と添削、面接の練習等も行っています
5. 職業興味検査  
仕事を選択するために必要となる、興味のある分野や得意分野等の確認



### ◆メンタル相談

予約の際に『メンタル相談を受けたい』旨をお伝え頂ければ、対応させていただきます

### ◆パソコン講座

予約の際に『パソコンでどのようなスキルを身につけたい』旨をお伝え頂ければ、可能な範囲で対応させていただきます



### 【お申込み・お問い合わせ】

- ◎ 一宮若者サポートステーション(受託団体:特定非営利活動法人ワーカーズコープ)  
住所:愛知県一宮市栄3丁目1番2号 iビル6階 一宮市ビジネス支援センター内(一宮駅 徒歩1分)  
TEL 0586-55-9286  
電話受付時間(10時~17時)  
FAX 0568-55-2013 火曜~土曜 10時~17時  
URL <http://ichisapo.roukyou.gr.jp/> Eメール [ichisapo@roukyou.gr.jp](mailto:ichisapo@roukyou.gr.jp)
- ◎ 津島地域若者サポートステーション  
住所:愛知県愛西市日置町山の池209-1 横清ビル2階  
TEL 0567-69-4301  
電話受付時間(10時~17時)  
FAX 0567-69-4302 火曜~土曜 10時~17時 Eメール [tsushisapo@roukyou.gr.jp](mailto:tsushisapo@roukyou.gr.jp)

最新情報は、いちサポホームページから。



※ 『いちサポたより』をEメールかFAXで欲しい方は、上記の連絡先にご一報ください。

## プログラム詳細内容



### ◆3秒だけ頑張る！印象を良くするためのたった一つのポイント◆

12月5日（土） 時間：13時30分～15時00分 場所：6階 商談室

第一印象が大事だと頭ではわかっているけど、どうしたらいいのかわからない。  
そもそも愛想よくするのも苦手だし・・・  
服とかしぐさとか、いろんなことに気をつけなきゃいけないんでしょ？  
コミュニケーションって難しそうで苦手・・・

たくさん頑張らなくていいんです。  
頑張るのは、たった3秒だけ。そのポイントをお伝えします。  
この3秒で、周りの人からあなたへの接し方がぐんと変わるかもしれません。



### ◆「いまここ」を味わおう！ マインドフルネス講座

12月18日（金） 時間：13時30分～15時00分 場所：6階 商談室

今年も残すところ、あとわずかとなりました。  
今年一年の垢を落として来年に向けて心を整えませんか？

「頭がさえない」「集中力が続かない」  
「イライラ クヨクヨしやすい」「なんとなくだるい」  
このように感じる方！

一緒にストレス対策実践編の講座に参加してみませんか。  
持ち物は、5円玉2枚！



## 出張相談

### ◆ハローワーク宮

12月3日（木）、12月17日（木）  
時間：10：00～16：00  
場所：ハローワーク宮 プレハブ会議室  
※適職診断出来ます♪

### ◆岩倉市

12月11日（金）  
時間：9：30～12：00  
場所：岩倉市役所 1階  
12月24日（木）  
時間：13：00～16：00  
場所：岩倉市役所 1階

### ◆江南市

12月25日（金）  
時間：9：30～12：00  
場所：江南市役所 西分庁舎 1階 市民相談室



### ◆ハローワーク犬山

12月9日（水）  
時間：10：00～16：00  
場所：ハローワーク犬山 プレハブ会議室  
※適職診断出来ます♪

### ◆犬山市

12月24日（木）  
時間：13：00～16：00  
場所：犬山市役所内

### ◆稲沢市

12月18日（金）  
時間：14：00～16：30  
場所：稲沢総合文化センター  
※センター内掲示板に記載

### ◆扶桑町

12月25日（金）  
時間：14：00～16：30  
場所：扶桑役場 相談室



## 職場体験・ジョブトレなど

### ◆職場見学・体験 説明会

12月10日（木） 製造業  
12月24日（木） 製造業以外（介護・サービス・販売・運送等）  
時間：13時30分～15時 場所：6階 商談室

すぐ働くことに迷いや自信のなさを感じていれば、  
『職場見学・体験』をしてみましょう。  
『職場見学・体験』の実施に際して、説明会を開催します。  
自分の職に対して知識の向上や、  
実際の職場を肌で感じてみる良い機会です。  
まず説明会だけでも参加してみましょう。

