

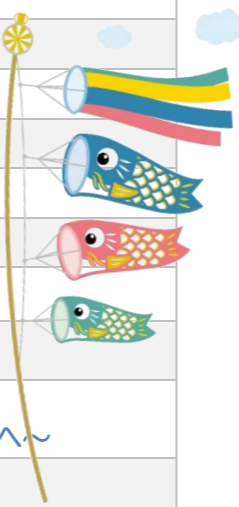
# いちサポたより



厚生労働省委託事業

## 2026年5月 いちサポスケジュール

1日	金	通常相談
2日	土	通常相談・メンタル相談(臨床心理士)
3日	日	休館日
4日	月	休館日
5日	火	休館日
6日	水	休館日
7日	木	休館日
8日	金	通常相談・出張相談(岩倉市役所・稲沢市役所)
9日	土	通常相談・メンタル相談(臨床心理士)
10日	日	休館日
11日	月	休館日
12日	火	通常相談・出張相談(ハローワーク犬山)
13日	水	通常相談
14日	木	通常相談
15日	金	通常相談
16日	土	通常相談・メンタル相談(臨床心理士)
17日	日	休館日
18日	月	休館日
19日	火	通常相談・職場見学・体験説明会
20日	水	通常相談
21日	木	通常相談・出張相談(ハローワーク一宮) パソコン講座「実践で活用できる便利機能を学ぼう！」
22日	金	通常相談・出張相談(江南市役所・大口町役場)
23日	土	通常相談・メンタル相談(臨床心理士)
24日	日	休館日
25日	月	休館日
26日	火	通常相談
27日	水	通常相談
28日	木	通常相談・出張相談(犬山市役所)
29日	金	通常相談・”それしかない”を少しゆるめる柔軟な考え方セミナー
30日	土	通常相談・メンタル相談(臨床心理士) 「心を守る境界線の作り方 ~相手との距離感に難しさを感じるあなたへ~
31日	日	休館日



### ◆ 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お聴きし、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. 応募活動への支援  
応募書類の作成と添削、面接の練習等も行っています。
3. 職業適性検査(基本支援の面談とセットで行います)  
仕事を選択するために必要となる、能力・職業興味・価値観等の確認
4. 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)  
○就職活動の基本  
履歴書・職務経歴書の作成支援、面接対策、求人検索法、  
○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
5. 職場見学・体験とジョブトレーニング  
職場見学・体験等、所内作業
6. 就職後の定着支援・ステップアップ支援
7. 臨床心理士のメンタル相談 ご予約の際に、利用の旨をお伝えください。



### ※おしらせ

#### ◆パソコン講座◆ 「実践で活用できる便利機能を学ぼう！」

2026年5月21日(木) 13:30~15:00 (先着2名)

実践の場でよく使う機能を学び、身に付ける事で作業の効率化を進めることや、仕事への自信にも繋げていく事が出来るかもしれませんね!

#### 【お申込み・お問い合わせ】

◎ いちのみや若者サポートステーション  
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 0586-55-2013 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

最新情報はHPからチェック▼



Eメール [tsushisapo@roukyou.gr.jp](mailto:tsushisapo@roukyou.gr.jp)

## セミナーのご案内

“それしかない”を少しゆるめる 柔軟な考え方



2026年5月29日（金）13:30~15:00

人と話すのが苦手、就活に踏み出すのが不安...。  
そんなとき、「どうせうまくいかない」「自分には無理かも」と感じてしまうことはありませんか？  
本セミナーでは、知らず知らずのうちに狭くなりがちな“考え方”の幅”に気づき、少しだけ広げるコツを学びます。  
「変わる」ことを目指すのではなく、「見方を一つ増やす」ことから始めてみましょう。気持ちが少し軽くなるヒントを一緒に見つけてみませんか。

## 心を守る境界線の作り方

～相手との距離感に難しさを感じるあなたへ～

2026年5月30日（土）13:30~15:00

相手の考えていることを深読みして、不安になったり、逆に自分の気持ちをキャッチしてくれない相手にイライラしたり。  
「空気を読んで…」 「忖度して…」 「気を利かせて…」  
なんてカンペキにできたら良いのかもしれませんが、出来ることと出来ないことがあるのは誰も同じ。  
だから割り切りが大事。その割り切りが「境界線」  
このセミナーでは、境界線という考え方を知って心を守るコツをご紹介します。

## 出張相談のご案内

### ◆ハローワーク一宮

5月21日（木）

時間：10:00~16:00

場所：ハローワーク一宮

※適職診断出来ます♪

※相談場所は受付でご確認ください

### ◆岩倉市

5月8日（金）

時間：9:30~12:00

場所：岩倉市役所 1階

### ◆江南市

5月22日（金）

時間：9:30~12:00

場所：江南市役所 防災センター 2F 研修室

### ◆ハローワーク犬山

5月12日（火）

時間：10:00~16:00

場所：ハローワーク犬山

※適職診断出来ます♪

※相談場所は受付でご確認ください

### ◆稲沢市

5月8日（金）

時間：14:00~16:30

場所：稲沢市役所東庁舎 相談室2

### ◆犬山市

5月28日（木）

時間：13:00~16:00

場所：犬山市役所内 2F 相談室

### ◆大口町

5月22日（金）14:00~16:30

場所：大口町役場 1F 相談室

## 職場見学・体験説明会

5月19日（火）時間：13時30分~15時00分

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』がオススメです。『職場見学・体験』の実施に際して、説明会を開催します。  
自分の仕事に対する知識の向上や、実際の職場を肌で感じるための良い機会です。説明会に参加してみませんか？