

利用には原則事前の予約・登録が必要です。まずは03-6915-5731へお電話ください。

利用日時：火曜～土曜（祝日を除く） 10:00～17:30

対象：就学も就労もしていない15～39歳までの就労意欲のある若者とその保護者

★利用・個別相談(随時) ★キャリアカウンセリング(水・土曜) ★就活等各種セミナー

★臨床心理士による就活こころ相談(木曜) ★保護者相談(初回のみ無料)

厚生労働省認定・板橋区委託事業

<http://www.iyss.jp>

## いたばし若者サポートステーション

◆運営 NPO法人 青少年自立援助センター

# 10月 いたばしサポートステーション セミナー 予定表

| 日   | 月  | 火  | 水  | 木  | 金   | 土                                      |
|---|----|--|--|--|---|--|
| 1   | 2  | 3  | 4  | 5  | 6   | 7                                      |
| 閉館  |    | 10<br>iyss NAVI  |  | いたばしlitterパトロール隊<br>～地域清掃～<br>13:30～15:30  | ふらっとサポステ<br>10時・10時半・11時で説明会  | ⑤ パソコン講座(6)(全6回)<br>10:30～12:00        |
| 8   | 9  | 10   | 11   | 12   | 13  | 14                                     |
| 閉館  |    | 【ジョブトレ】 12:30～15:00<br>@ファーマーズハウス<br>④   |  | 臨床心理士 萩野さん<br>「私」マップ作り<br>13:30～15:00  | 若年者就職面接会13:00～16:00<br>@IKE・Biz としま産業振興プラザ<br>(西池袋2-37-4)にスタッフがおります | 就活を効果的なルーティンで<br>乗り越えよう<br>13:30～15:30 |
| 15  | 16 | 17   | 18   | 19   | 20  | 21                                     |
| 閉館  |    | 電話の仕事<br>クレーム対応にチャレンジ<br>13:30～15:30   | フリーアナウンサー揖宿さん<br>コミュニケーションセミナー／声の出し方<br>13:30～15:30<br>⑤ パソコン講座(1)(全6回)<br>16:00～17:00           | 実践！身だしなみメイクアップ講座<br>⑤ 13:30～15:30<br>【★】職場体験事前研修<br>オフィスゴミの回収・分別・運搬<br>12:00～15:00 |   | ふらっとサポステ<br>10時・10時半・11時で説明会           |
| 22  | 23 | 24   | 25   | 26   | 27  | 28                                     |
| 閉館  |    | 精神保健福祉士 伊藤さん<br>(第1回)恋愛話でキャリアを語ろう<br>貴方が就職で手に入れたいものは？<br>13:30～15:30<br>ふらっと作業体験<br>簡単仕分け作業<br>16:00～17:00 | ★オープンセミナー★<br>労働安心講座 年末調整って何？<br>社会保険労務士 佐々木さん<br>13:30～15:30<br>⑤ パソコン講座(2)(全6回)<br>16:00～17:00 | ④ 【ジョブトレ】<br>8:10～10:00<br>@区立こども動物園<br>【ジョブトレ】 12:20～15:30<br>@徳丸ふれあい館            | フリーアナウンサー揖宿さん<br>コミュニケーションセミナー<br>枕詞・断り方を練習しよう<br>13:30～15:30       |  |
| 【★】職場体験:オフィスゴミの回収・分別・運搬 23～27日 13:00～17:00 (4名) 注)事前・事後研修及び5日間参加できる方、報酬なし |    |  |  |  |   |  |
| 29  | 30 | 31   |  |  |   |  |
| 閉館  |    | 今日もやっています(笑)   |  |  |   |  |

## ジョブトレの中で 気づきを得よう!

### ☆ファーマーズハウス

自然食品のお店で野菜の袋詰めや仕分け作業をします。お客様へ気持ちのよい挨拶をしてみましょう!  
持ち物:エプロン、タオル、お茶。汚れてもよい服装。

### ☆徳丸ふれあい館

高齢者の方が気持ちよく過ごせるよう、館内外でのイベント補助や清掃など、お手伝いします。【注意事項!!】洗濯済みの作業しやすい格好で参加すること。館内はスリッパや裸足禁止。必ず靴下を履くこと。裸足の場合は参加不可。※交通費(片道165円)

### ☆板橋区立こども動物園

飼育動物の檻の清掃やエサやり体験で使うエサを作ります。8時半からの作業ですが、朝活と一緒に汗を流しましょう。※長靴、軍手、汚れてもよい服装、タオル持参(雨の場合はカッパ持参)

### ☆いたばしlitter/パトロール隊～地域清掃～

サポステ周辺の歩道ゴミ拾いを行います。身体を動かしながら集中力を高めたい方、キレイな街づくり貢献しませんか!※動きやすい服装

### ☆ふらっと作業体験 簡単仕分け作業

New!!

作業体験をしながらサポステの支援や利用方法について、緩々にご案内します。予約不要、出入り自由。

★交通費は自己負担★

## Seminar Information

### ☆コミュニケーション講座 声の出し方

緊張したり自信がないと姿勢も前かがみになり声も小さくなりがちです。まずは声のトーンや声の出し方を意識して、相手に伝わる声の出し方を学びましょう。

### ☆コミュニケーション講座 枕詞・断り方を練習しよう

残業や休日出勤を頼まれた、応募した職種以外の業務を打診された等、自分の意にそぐわない依頼を受けた際の、適切な断り方をロープレを交えて学びます。併せて、何か依頼をしたり断る場合等、言葉の前に添えて使用する枕詞は、相手に失礼にならずに伝えることができるので知っておくと役立ちます。

### ☆「私」マップ作り

「私」ってどんな人?色々な言葉を使って「私」の世界を見える化してみましょう。意外な「私」に出会えるかも知れません。各自作成したマップをグループでも共有します。遊びながら自分探しをしてみませんか。

### ☆第1回(全6回)恋愛話でキャリアを語ろう～あなたが就職で手に入れたいものは?～

あなたは恋愛や結婚相手に何を重視しますか?①顔・外見、②収入・資産、③性格・価値観...といったテーマで話し合い、仕事に求めるものとの共通点を考え、自分の価値観・仕事観を確認してみましょう。

### ☆実践!身だしなみメイクアップ講座

女性のメイクアップは、ビジネスマナーのひとつ。普段のメイクアップにひと手間加えて、好感度アップに繋がるナチュラルメイクアップのコツを身につけましょう。あなたの素敵な笑顔メイクのチカラで輝かせてみませんか? 持ち物:化粧道具、(あれば)眉ブラシ ※薄化粧でお越しください。

### ☆パソコン講座 第1・2回(全6回) ※全6回参加できる方 注)受講済みの方は対象外

日本情報処理検定の文書デザイン(Word)もしくは表計算(Excel)4級取得を目指す初心者向け講座。検定内容の詳細は各自ネットで検索を。受験申込受付開始は10/27。

注)受験料各1,500円は自己負担 これまでと時間が変更になりました。

### ☆ふらっとサポステ

月2日10:00/10:30/11:00の時間帯で見学会を開催します。対象はサポステは知ってるけど、まだ利用したことがない若者や保護者の方。ぜひふらっとお立ち寄りください。予約不要、出入り自由。

### ☆オープンセミナー

「ふらっとサポステ」同様、いたばしサポステを利用したことがない若者や保護者の方が、見学いただけるセミナーです。予約不要、出入り自由。

## 今月のオススメ



### ☆労働安心講座「年末調整って何?」

勤務先で毎年12月に実施される「年末調整」ってそもそも何?必要な書類は?仕組みや使用する主な書類の書き方など、基礎的な情報を分かりやすくお伝えします。  
注)オープンセミナーですので、登録前の方が「サポステのセミナーってどんな感じだろう?」とふらっと参加可能です。

### ☆就活を効果的なルーティンで乗り越えよう

書類選考や面接の結果待ちの間は他の応募はしない(できない)、結果連絡が来るまで、次の応募に踏み出せない。結果、ひと月に応募できたのは2、3社。気持ちばかり焦る...そんな方必見!「職探し・書類作成応募」をいかに効率よく結果に繋げられるか。就活を一種の作業と化し、ルーティンでこなせるようアドバイスします。

### ☆電話の仕事 クレーム対応にチャレンジ

電話の仕事で一番不安なのがクレーム対応。クレーム対応にはNGはあってもマニュアルはほとんどありません。ワークを通してクレーム対応のコツをいくつか体験いただきます。

### ☆職場体験:オフィスゴミの回収・分別作業@池袋

職場体験(4時間×5日間)を通して、自身の適性や興味の方向性を探るだけでなく、受入企業が各々の仕事に取組む姿勢等総合的に判断し、「採用」に繋がる可能性を秘めています。面接で上手く伝えることは苦手でも、働きぶりでアピールしてみませんか。

注)運動靴で参加。作業服は貸し出し。

## 利用方法

1

電話予約後、来所いただき、アナタの状況をお聞かせください。利用方法や支援内容を説明後、仮登録となります

サポステ?

2

個人情報に配慮した上でハローワークの意見や踏まえ、本登録、利用開始となります。個々の状況に合わせて、今後の利用について提案します

3

状況に応じたセミナーや相談サービスの利用

いざ!就活!

定着サポート

