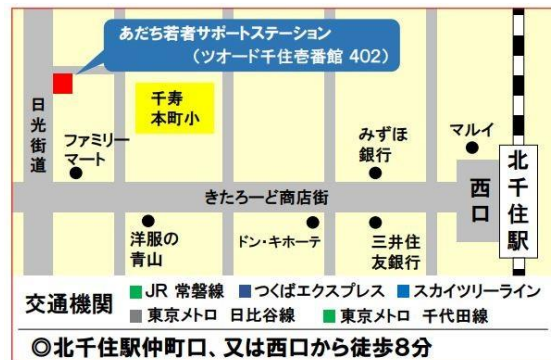


Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
1 (月)	2 (火)	3 (水)	4 (木)	5 (金) 🐾📷🌸	6 (土)
8 (月)	9 (火)	10 (水)	11 (木)	12 (金) 🐾	13 (土)
休所	ボランティア活動 「キレイにし隊」 (北千住の街の清掃) 10:30~12:00	自分ってどんな人?セミナー 『ツヨハリちゃん』 14:30~16:00		ケイコの部屋 ☺ ~ぬりえでリラックス~ 14:30~15:30	
15 (月)	16 (火)	17 (水)	18 (木)	19 (金) 🐾	20 (土)
休所		~リフレーミング練習~ 短所の言い換え 14:30~15:30		働くことへの不安解消 ワークショップ 専門の相談員が働くことへの不安 を聞きアドバイスを行います 14:30~16:30	出入り自由 お気軽なサポステ 13:30/14:00/14:30 *予約不要*
22 (月)	23 (火)	24 (水)	25 (木)	26 (金) 🐾	27 (土)
休所		【ジョブトレ】 事務作業体験 ~データ入力~ 14:30~15:30	確認しよう! 面接の基本・マナー 14:30~16:30	ボランティア活動 「チラシの封入」 (発送作業のサポート) 13:30~14:30	職業適性検査 GATB 13:30~15:30
29 (祝)	30 (火)				
休所		<p>※🐾マークの日は「あっ散歩」の日! /金曜日15時半~/千住の街を歩いて体力をつけましょう!</p> <p>★すべてのセミナーは予約制で、キャンセル待ちはできません</p> <p>★あだち若者サポートステーションのご利用には、利用登録が必要です。</p>			

【申込・問合せ】
 東京都足立区千住 3-6-12 ツオード千住壱番館 402
 特定非営利活動法人青少年自立援助センター足立支所内
 【利用時間】 火曜~土曜 10:00~18:00 ☎ 03-6806-1401
 【休業日】 日曜・月曜・祝祭日・年末年始





あだちサポステは、あなたの「働く」を応援します。

まずはお電話か、HPで予約

(Tel) 03-6806-1401

<http://www.ayss.jp>

初回相談 (1時間程度)

利用開始

キャリアコンサルティング

セミナー・職場体験

就職決定 (就職後もサポート)



まずは説明会から



サポステでは、毎月説明会「お気軽るサポステ」を開催しています。

参加予約は不要です。

登録を希望される方は、説明会後にスタッフが個別に面談いたします。その後、サポステでの利用計画を立てます。

(※説明会の参加が難しい方は、直接サポステへ面談のご予約をお電話でおとりください。)

専門の相談員やスタッフと予定を確認しながら、セミナーや職場体験等に参加し、就職を目指します。

就職が決定した後も、継続して働けるようにサポステで支援します。

4月のPick Upセミナー

自分ってどんな人？セミナー

「ジョハリちゃん」

10日(水) 14:30~16:00

突然ですがあなたってどんな人ですか？

このセミナーは、様々な分野で活用されている心理学モデル「ジョハリの窓」を用いて、「自分が思う自分」と「他の人から見えている自分」について考えながら、楽しく自己理解を深めるワークです！

～ちょっと寄り道していきませんか？～

「これぬりたいな～♪」と思った絵を好きな色でぬる。ただそれだけです♪

予約は必要になりますが、ちょっと寄り道気分で寄ってってください◎

ケイコの部屋☺

～ぬりえでリラックス～

12日(金) 14:30~15:30

～リフレーミング練習～

短所の言い換え

17日(水) 14:30~15:30

短所を違う視点で捉えられるようにします。

面接の質問によくある長所・短所の答え方も練習しましょう。

