

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
	1 (火)	2 (水)	3 (木)	4 (金) 🐾📷🌸	5 (土)
					
7 (月)	8 (火)	9 (水)	10 (木)	11 (金) 🐾	12 (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		ミドルワークチャレンジ 出張説明会 14:30~16:30		お気軽るサポステ 14:30/15:00/15:30 *予約不要*
14 (月)	15 (火)	16 (水)	17 (木)	18 (金) 🐾	19 (土)
休所		続けられるセルフケアとは? ディーキャリア平井オフィス 14:30~16:30		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を行います 14:30~16:30	
21 (月)	22 (火) 🏏	23 (水)	24 (木)	25 (金) 🐾	26 (土)
休所		「マインドフルネス」で 自分の気持ちを整えよう 13:30~15:00		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 14:30~16:30
28 (月)	29 (祝)	30 (水)	※🐾マークの日は「あつ散歩」の日! 金曜日 15時半~/ 📷📷🌸 マーク の日は散歩スペシャル! 桜を撮影しながら散歩します! 15:30~17:00/ 千住の街を歩いて体力をつけましょう! ◆🏏マークの日は「スポーツ交流会」14:00~/ 今月は河川敷でソフトボ ールをします。 ◆「お気軽るサポステ」は、現状あだちサポステを利用していない方向けの セミナーです。		
	休所				

【申込・問合せ】

東京都足立区千住 3-6-12 ツオード千住壺番館 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

【休業日】 日曜・月曜・祝祭日・年末年始

☎ 03-6806-1401



※あだち若者サポートステーションは、NPO 法人青少年自立援助センター (YSC) が運営しています。



あだちサポステは、あなたの「働く」を応援します。

まずはお電話で予約

(Tel) 03-6806-1401

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「お気軽なサポステ」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、説明会后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

ミドルワークチャレンジ

出張説明会

10日(木) 14:30~16:30

就職活動に不安がある方が多く参加される選択制のプログラムです。スタッフとの面談やグループワークに取り組んだ結果、自信を持って就職される方も！
まずは、説明会にご参加頂いて、話しを聞いてみてくださいね！

忘れない！続けられる「セルフケア」ができるように。その知識と実行するポイントをディーキャリア訓練と利用者の声から伝えます♪ぜひ一緒にワークをして、自分で自分を「ケア」する時間を作りましょう。

続けられるセルフケアとは

講師：ディーキャリア平井オフィス

16日(水) 14:30~16:30

「マインドフルネス」で

自分の気持ちを整えよう

23日(水) 13:30~15:00

