



**若者サポートステーションでは若年無業者の自立の支援をしています**

気になるプログラムがある方はもりさぽにご連絡ください。サポステ利用には登録が必要

です。利用は原則無料です。

※コロナウイルスの影響で予定が変更になる場合があります。ご了承ください。

【フリースペース】	10:00～16:00
【午前プログラム】	10:00～12:00
【午後プログラム】	13:00～15:00
【終日プログラム】	10:00～15:00
【夜間開所】	18:00～20:00

月	火	水	木	金	土
3	4	5	6	7	8
憲法記念日のためお休み	みどりの日のためお休み	こどもの日の為お休み		午前:公会堂 ボランティア	【土曜開所】 13:30～15:00 もりさぽ説明会
10	11	12	13	14	15
	午後:一般職業適性検査(GATB) 夜間:BBS	午後:面接の答え方について考えてみよう!	午後:ワード人狼ゲーム	職員会議のためお休み	お休み
17	18	19	20	21	22
10:00～15:00: PC講座 Word超基礎編	午後:What's 倉庫内作業 夜間:フリー	午後:「強みを」仕事にどう活かす?	9:30～10:30～11:30～ 樋渡先生カウンセリング 10:30～11:30 事務ボランティア ※大通ゴミ拾いもあり (9:30もりさぽ集合)	午前:公会堂 ボランティア 午後:アンガー マネージメント(前編)	【土曜開所】 13:30～15:30 家族相談会
24	25	26	27	28	29
午後:エコクラフト準備	午後:身だしなみセミナーと仕事について(洋服の青山 様の講話) 夜間:BBS	13:30～15:00 もりさぽ説明会	午後:応募活動の電話の掛け方・受け方・折り返し方!	職員会議のためお休み	お休み
31					
午前:応募書類作成セミナー 午後:エコクラフト～ボランティア先の為に作ろう～	応募書類作成セミナーは40歳～49歳までの就職氷河期世代の方向けです			<ul style="list-style-type: none"> <li>●毎週月曜日 9:20～10:00頃 駅前清掃ボランティア※雨天中止</li> <li>●毎週木曜日 9:30～12:00頃 農業体験 ※雨天の場合調整</li> </ul>	

### 【支援対象者】

15歳～39歳の若者、40歳～49歳の就職氷河期世代の方で、就労や自立の支援を希望する方とその家族。

(※もりさぽは一般の就労支援機関です。福祉就労希望の方は福祉の窓口にご相談ください)

【開所日】 月～金曜日 第2・4土曜日

(第2・4金曜日は会議のためお休み)

【開所時間】 10:00～17:00 (相談最終受付16:00)

【夜間開所日】 毎週火曜日 18:00～20:00

### 【支援内容】

**相談支援:** 就職・自立相談、キャリアカウンセリング、臨床心理士カウンセリングなど

**就職支援:** 応募書類作成支援、面接対策、適職診断、自己分析、仕事理解など

**セミナー:** ビジスマナー、コミュニケーション、パソコン基礎、職業人講話など

**体験活動:** ボランティア、ものづくり体験、職場見学・職場体験など

**その他:** フリースペース、就職後定着支援、ステップアップ支援など

※ フリースペースでは自由に使えるパソコンを用意してます。Free Wi-Fiも使えます。

### 体験活動・ボランティア・もりさぽ説明会

【毎週月曜日】

■ 駅前清掃ボランティア 9:20～10:00頃

【毎週火曜日】

■ 制服修繕ボランティア(12:45集合)  
13:00～15:00

【毎週水曜日】

■ 飲食店開店前ボランティア 9:10～10:30  
■ 販売体験ボランティア 10:30～13:00頃

【毎週木曜日】(9:30集合)

■ 農業体験 10:00～12:00頃

【第1・3金曜日】

■ 公会堂ボランティア(9:25集合)  
10:00～12:00

【第2土曜日、第4水曜日】

■ もりさぽ説明会 13:30～15:00  
希望者は終了後面談(サポステ登録など)

■ 相談・プログラムは予約制です。(2営業日前まで) フリースペースは予約不要です。

■ 相談は10:00～17:00(最終受付16:00) ※1件50分程度で行います。

■ プログラムは内容によって時間を変更する場合があります。

問合せ  
申込み

〒020-0034 盛岡市盛岡駅前通16-15 保科済生堂ビル3階・4階

【TEL】 019-625-8460

【FAX】 019-625-8461

【MAIL】 mail@morisapo.jp

【HP】 <http://saposute-morioka.net>

【FACEBOOK】 <https://facebook.com/morisapo>



がんばるぞー!!

# もりおか若者サポートステーション 支援内容・プログラムについて



もりサポでは様々な支援を提供しています!!

※コロナウイルスの影響で予定が変更になる場合があります。

## ● 今月のセミナー

5/11 (火)	一般職業適性検査(GATB)	5/18 (火)	お仕事解説シリーズ ～What's 倉庫内作業～	5/24 (月)	エコクラフト準備
簡単な11種類の検査を実施し、自分の得意と不得意を知り、適職を考えてみましょう。※検査実施日に結果は分かりません。後日面談でフィードバックします。		今回のWhat'sシリーズは、倉庫内作業です。気にはなるけどなかなか目にするのでできないお仕事。業務内容は幅広です。この機会に自分の可能性を一緒に考えてみませんか？		5/31(月)のエコクラフトで使用する材料を準備します。	
5/12 (水)	面接の答え方について 考えてみよう!	5/19 (水)	「強み」を仕事に どう活かす?	5/25 (火)	身だしなみセミナー と仕事について
面接で聞かれる質問は、どんな意味があるのか?採用側は何を聞きたいのか?どのように答えると自分の良いところを伝えられるのか...などを考えてみましょう!		強み(自然に出来る行動・考え)をどんな仕事に活かせるのか考えてみましょう。自分の強みについて考えたい人、職種選択の幅を広げたい人におすすめです。		洋服の青山の方をお迎えして、就活や仕事に適したスーツの着こなし方を教えていただきます。合わせてビジスマナーも学びましょう!!	
5/13 (木)	ワード人狼ゲーム	5/20 (木)	樋渡先生カウンセリング ～心のもやもや相談室～	5/27 (木)	応募活動の電話の掛け方・ 受け方・折り返し方!
みんなで“あるお題”について話し合う中で、「みんなとは異なるお題」を与えられた少数派の人(ワード人狼)を探し出すゲームです。ルールが簡単なので、人狼ゲーム未経験の人でも気軽に参加できます。人狼ゲームの練習としてもおすすめ!		要予約/50分程度 臨床心理士によるカウンセリングです。「気持ちを整理したい」「モチベーションを上げて一歩を踏み出せない」など、どんな悩みでもOK!		応募活動では、応募先との電話のやりとりが必要になることが多々あります。苦手意識のある人も、流れやマナーを知り、分からない部分を減らすことで、パニックにならないようにしておきましょう!	
5/17 (月)	PC講座 Word超基礎編	5/21 (金)	アンガーマネジメント(前編)	5/31 (月)	エコクラフト～ボランティア 先の為に作ろう～
事務職だけでなく、幅広い職種でパソコン入力は必要です。苦手な方も、操作を確認したい方も、お気軽にご参加ください!		言いたいことが言えなくて我慢してしまう人、ついイラっとしてしまう人におすすめ!怒りをコントロールして、快適に生活できるコツを得ましょう。前編は怒りのメカニズムを中心に、自分の怒りのパターンを探っていきます。		火曜日の午後ボランティアに行っているお店で使用するかごをエコクラフトで作ります。お世話になっているお店の為にかご作りをしてみませんか?	

5/8(土) 5/26(水)	もりサポ説明会
サポステの仕組みや支援内容などをお伝えします。説明会后に個別面談も出来ます。利用を考えている方はぜひ気軽にお越しください。	

毎週水曜日	販売体験(希望者)
もりサポの近くの「北の民謡市場」で、農業体験で作った野菜や協力して下さる農家さんの野菜を販売します。販売のための準備～販売～接客～片付けなど一連の流れを体験できますよ!!	

毎週木曜日	農業体験
農業体験を通して、体力や作業能力、コミュニケーションスキル等…社会人に大切なスキルが付いていくかも?1次産業について考える機会にもなりますよ。	

### 【各種ボランティア】

**火** 「制服修繕ボランティア」  
学生服リユースショップ さくらやさんで学生服の修繕作業などを体験できます。  
毎週火曜

**金** 「岩手県公会堂ボランティア」  
岩手県公会堂で、施設の清掃や草取りなどの施設の管理の体験ができます。  
第1・3金曜

**水** 「飲食店開店前ボランティア」  
大通りの中華料理[つぼ半]さんで、開店前の仕事として行われている冷蔵庫掃除や棚のタオル替えなどの作業を体験できます。  
毎週水曜

**1回** 「大通商店街振興組合  
事務&清掃ボランティア」  
大通アーケードのごみ拾いの後、大通商店街事務局において事務作業のお手伝いをします。  
毎月1回

**1回** 「リースボランティア」  
ハートフルワークいわて主催のリース展に向けてのお手伝いのボランティアです。ものづくりに興味のある方、他者とコミュニケーションをとりたい方は是非参加してみてください。  
毎月1回