

コミュニケーションセミナー ～自分発見への旅～
講師：ゆうの会 代表 熱海アイ子さん

第1回目(11/25)は「人はみな違っていい、自尊感情を高める」、第2回目(12/2)は「自分を表現する、自分の感情への気づき」をテーマにワークショップ形式で行いました。2回とも参加者が15名を超える人数でした。参加者同士でお互いの長所を探したり、ネガティブ感情を出し合ったりしました。



- 感想**
- ・ネガティブな感情を持つ事は悪い事ではなく、向き合うことが大切だと感じた。
 - ・短時間でも意外と他人の長所を把握できるもんだなあ。



いちサポ利用者 菊池馨さんの作品



ボランティア募集!!
内容：本の管理・整理・修理
場所：なのはなプラザ 3階 古本ステーション
日時：平日 10時～16時
詳しくは、いちサポまで!

セミナー 自分の情熱をためてみたい～腹話術で世界へ～
講師：腹話術サークル「あのね」代表 藤野静枝さん



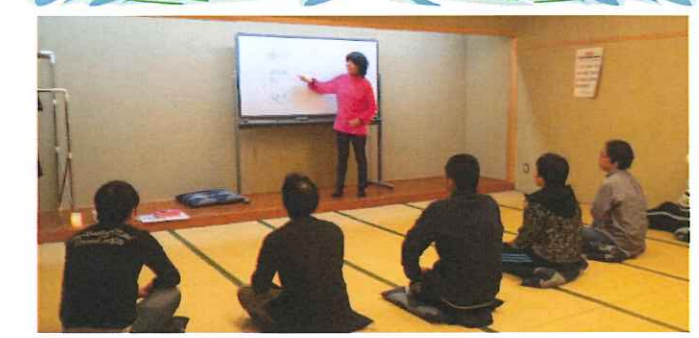
人間の心はパラシュート。開かないと使えないぞ!

大ちゃん 藤野さん

ちょっと先の目標を持って、できない事にも挑戦する勇気を持つ。失敗は栄養になる。必ず人には活かせるところがある。

- 感想**
- ・自分が興味あることはやってみる。失敗は恐れない、人と人との出会いの大切さ、大事さを学びました。
 - ・挑戦できると思ったらまずやる。とても充実した楽しいセミナーでした。

リラックスセミナー
講師：いちサポスタッフ COKO



参加者6名が、リラックスの方法を3つ学びました。説明後は、ヒーリングミュージックや香りにつつまれた部屋で、リラックスタイムを味わいました。

仕事体験しました! ~ 森上製作所 ~

12/15から12/19まで行いました。仕事の内容は、製品梱包作業などでした。

森上製作所

巡回相談について・・・
「相談したいけど、一関はちょっと遠くて行けない…」という方、お近くの相談会場をご利用下さい。スケジュールは下の通りです。毎回1組50分程度で、個別に相談いたします。原則、予約をお願いします。予約のない日はお休みする場合があります。

☆巡回相談スケジュール☆ 開設時間：13:00～15:00

地域	場所	日にち
水沢	メイプル 地下1階	1/7 (水)、(1/21 (水)) 2/4 (水)、(2/18 (水))
千厩	千厩支所 2階 小会議室	1/26 (月)、(1月は1回のみ) 2/9 (月)、2/23 (月)

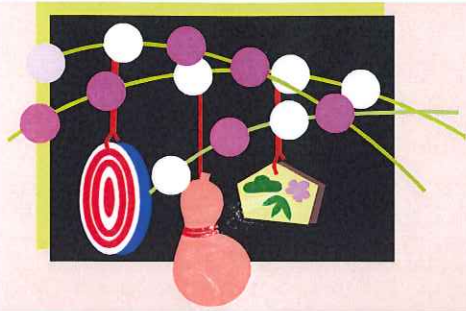
※水沢巡回相談の第3水曜日は、新規相談を受け付けます。予約をお願いします。予約のない日はお休みします。

1月スケジュール ※詳しくは、お問い合わせ下さい。

6日	火	新規相談受付日(午後)	23日	金	新規相談受付日(午前)
7日	水	水沢巡回相談日	26日	月	千厩巡回相談日
8日	木	ゆるっとルーム(新春30代男子会)			第11回 パソコン教室(エクセル②)
9日	金	新規相談受付日(午前)	27日	火	新規相談受付日(午後)
13日	火	新規相談受付日(午後)			ふれあい仕事体験(一関図書館)～30日まで
14日	水	ゆるっとルーム(体を動かそう)	28日	水	マイスポット検索セミナー①
15日	木	第10回 パソコン教室(エクセル①)	30日	金	新規相談受付日(午前)
16日	金	新規相談受付日(午前)	2/3	火	新規相談受付日(午後)
		自分発見への旅セミナー②	2/4	水	水沢巡回相談日
20日	火	新規相談受付日(午後)			年金セミナー
		こころの相談	2/5	木	ゆるっとルーム(スポーツ吹矢①)
		ゆるっとルーム(布草履作り)	2/6	金	新規相談受付日(午前)
21日	水	ゆるっとルーム(布草履作り)			
		(水沢巡回新規相談日)			

いちサポの相談受付は、月～金 10時～16時です。お気軽にご利用下さい。(最終受付は15時)

12月の新規登録者は1名、進路決定者は5名です。今年度(4月～12月)いちサポ登録者総数は150名、進路決定者総数は55名です。



1月 2015

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6 新規相談受付 (午後)	7 水沢巡回相談	8 ゆるっとルーム (新春 30代 男子会)	9 新規相談受付 (午前)	10
11	12	13 新規相談受付 (午後)	14 ゆるっとルーム (体を動かそ)	15 PC教室Iケル	16 新規相談受付 (午前) 自分発見への旅 セミナー②	17
18	19	20 こころ相談 新規相談受付 (午後) ゆるっとルーム (布草履作り)	21 ゆるっとルーム (布草履作り)	22 PC教室Iケル	23 新規相談受付 (午前)	24
25	26 千厩巡回相談	27 新規相談受付 (午後) ふれあい(一関 図書館)~30	28 マイスポット検索 セミナー①	29	30 新規相談受付 (午前)	31
2/1	2	3	4 年金セミナー	5 ゆるっとルーム (吹矢①)	6	7

メモ

セミナー内容 1/16(金) 13:30~ 【自分発見への旅セミナー③】
対立ってこわくないよ~対話で問題解決への入り口~
1/28(水) 13:30~ 【マイスポット検索セミナー】
職業選択に向けて~自分の強みを見つけよう~
2/4(水) 13:30~ 【年金セミナー】
年金について正しく理解していますか?

いちのせき若者サポートステーション までお申し込みください。TEL 0191-48-4467