

8月  
AUGUST

# いちサポ支援プログラム

8/3

## ● はじめの一步プログラム B

仲間と一緒に今の気持ちを知り、自分の「らしさ」を発見しあうワークです。  
ひとりで不安を抱えていませんか？今の状況には漠然とした不安があるけど動き出すには不安や怖さがあったりきっかけがつかめなかったりしませんか？本プログラムで仲間と一緒に取り組み「はじめの一步」を踏み出すヒントを得ていきましょう！  
時間：13:30-15:30 場所：なのはなプラザ 4階会議室

8/20

## ● 就労へ向けてのステップアップセミナー

「自立するってどういうこと？」をテーマに、「そらをみた会」代表の阿部直樹先生による講話とワークを通して、就労に向けて必要なポイントを学びます。

時間：13:30-15:30 場所：なのはなプラザ 4階

8/9.23

## ● スポーツ吹き矢②・③

スポーツ吹き矢のエキスパート、萩田進先生を講師にお迎えして、スポーツ吹き矢を実施。構えや呼吸法といった初歩的なメニューを体系的に学べるチャンスです。

時間：13:30-15:30 場所：なのはなプラザ

8/7-10

## JOB体験（一関図書館）

本の配架や受付業務など、図書館での日常的な業務を体験します。  
服装は襟付きのシャツ、綿のズボン、音のならない靴。筆記用具とお弁当を持参してください。

時間：10:00～15:00 場所：一関図書館 集合：玄関前に9:45（初日のみ）



## ● 求職活動の認定について

このマークのセミナーへの参加は「求職活動」に認定されます。  
(スタッフとの相談や企業見学会等への参加にはいちサポの登録が必要です。)



## いちサポ支援プログラムに関するお問合せ