

# サポカフェ 瓦版 特集号

サポカフェ瓦版は今年度から4月と9月の年2回発行です。

2019年04月01日発行  
「サポカフェ瓦版」第44号

発行：いちのせき若者サポートステーション  
住所：岩手県一関市大町4-29  
          なのはなプラザ4階  
電話：0191-48-4467  
ファクス：0191-48-4468  
HP：http://ichisapo.jp

**Q** サポカフェってなに？

**A** いちサポの卒業生の交流スペースです。

いちサポでは、就職が決まった卒業生の定着支援・ステップアップ支援として、卒業生同士が気軽に交流できる「サポカフェ」を月に1回開催しています。



開催日の午前中（10時～12時）には個別相談を随時受付しております。

**予定** 平成31年度  
サポカフェカレンダー

今年度上半期のサポカフェ年間計画をお送りいたします。

13:30-15:30  
なのはなプラザにて



卒業生同士の交流の場！

お早目のシフト調整のうえ  
ふるってご参加ください！  
(日付は確定です)

- 4月20日（土）・・・サポカフェ（テーマ：4月から施行される働き方改革ってなに？）
- 5月18日（土）・・・サポカフェ（テーマ：雇用契約書を確認してみよう）
- 6月15日（土）・・・サポカフェ（テーマ：ストレスマネジメント～吹矢 or アロマセラピー）
- 7月20日（土）・・・サポカフェ（テーマ：ジョブスキルトレーニングをしよう）
- 8月24日（土）・・・サポカフェ（テーマ：職場でのマナーについて）
- 9月21日（土）・・・サポカフェワークショップ（先輩が後輩を応援する交流会です）

お申し込み：前日まで080-2804-8145（いちサポケータイ）までお電話またはメールにて受け付けております。  
※日程は上記の通り月1回の開催で確定しておりますが、テーマや内容は変更となる場合があります。

**報告** サポカフェワークショップ

平成31年03月16日  
13時30分～15時30分



いちサポの先輩が  
後輩を応援する場



**Q** 働く前と働き始めてからで、自分自身の変化や違いはありますか？

- ・収入を得ることで金銭的に余裕が出てくると、気持ちにも余裕が出てきた。
- ・それまでは引きこもりがちだったのが、休日にも外に出るようになった。
- ・仕事に対してやりがいを感じ、充実感を持つようになった。
- ・以前は働いていないことに後ろめたさがあったが、今では家族ともよく会話をする。

**Q** どんな条件を優先して今の仕事を選びましたか？

- ・企業見学会に参加して、雰囲気自分が合っているなあと思ったので。
- ・仕事内容が興味のある職種かどうか、前職の経験を生かせるかどうか。
- ・いちサポの卒業生が多く就職していたので、アピールできそうだったから。
- ・雰囲気を見学会で実際に見て、ゆったりしていたから。

**Q** 社会人としてのマナー（話し方や連絡の仕方）を学んでから応募しましたか？

- ・仕事に就いてから、先輩たちから教えてもらった。
- ・就職後、上司に教えてもらった。
- ・いちサポのJSTセミナーで学んだ（クッション言葉など）
- ・いちサポの「チャレンジワーク」で担当の佐藤さんから教えてもらった。

働くって  
奥が深いんだなあ。  
先輩たちから  
後輩たちへ  
たくさんの  
応援メッセージが  
送られました！

