

9月

SEP

いちサポ支援プログラム

9/2

古本ボラ

一関市民センターで開催している「古本ステーション」の運営に必要な本の修理や整理のボランティア作業を行います。本の汚れや書き込みをチェックしたりする作業です。

時間：13:30-14:30 場所：なのはなプラザ

9/12

フリー吹き矢

心と体のリフレッシュに、吹き矢に参加してみませんか？
呼吸法や体の力の抜き方など、日常生活にも応用ができるリラックス法です。

時間：13:30-15:30 場所：なのはなプラザ

9月
4回開催

● ホンキの就職4 DAYS セミナー

就職に向けてホンキで準備をしてみましょう！いちのせき若者サポートステーションのセンター長がホンキでみなさんを就職へとサポートします！

時間 12:30-17:00 場所：メイプル地下会議室 日程：4日／9日／11日／18日

9/19

● はじめの1歩プログラムA

仲間と一緒に自分らしさや自分の長所を発見するグループワークを行います。今の気持ちを表現したり、言葉にしたりしながら自己理解を促します。

時間：13:30-15:30 場所：なのはなプラザ



● 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