

サポカフェ 瓦版 特集号

2020年04月01日発行
サポカフェ瓦版第46号



「サポカフェ」は、いちサポ卒業生の交流スペースです。



個別相談は、定着とステップアップについての相談です。

仕事でつまづいた、正社員にならないかと誘われたがどうしよう…など就職後の仕事について相談したい方向けの個別相談です。
10時～、11時～、2名までの予約制です。

サポカフェへの参加や個別相談には事前のお申し込みが必要です。

いちサポでは、就職が決まった卒業生の定着・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」と個別相談を隔月で開催しています。

発行:いちのせき若者サポートステーション
住所:〒021-0881
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
ホームページ:https://ichisapo.jp

予定 2020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。

卒業生同士の交流の場！
(なのはなプラザ4階)

お早目のシフト調整の上
ふるってご参加ください。

| 日付 | 時間 | 内容 | テーマ/詳細 |
|----------|-----------------|---------|---------------------------------|
| 4月18日(土) | 10時00分～12時00分 | 個別相談 | 就職後のステップアップ相談を行います。(前日までに要予約) |
| 5月16日(土) | 10時00分～12時00分 | サポカフェ | 2020年度働き方改革について(前日までに要申込) |
| 6月20日(土) | 10時00分～12時00分 | 個別相談 | 就職後のステップアップ相談を行います。(前日までに要予約) |
| 7月25日(土) | 10時00分～12時00分 | サポカフェ | ストレスマネジメントセミナー(前日までに要申込) |
| 8月22日(土) | 10時00分～12時00分 | 個別相談 | 就職後のステップアップ相談を行います。(前日までに要予約) |
| 9月12日(土) | PM13時30分～15時30分 | サポカフェWS | 卒業生と利用者さんとの交流会を開催します。(前日までに要申込) |

新型コロナウイルスの状況により、予定は変更となる場合があります。詳細はいちサポ(0191-48-4467)までお問い合わせください。

報告

2019年度のサポカフェの様子

サポカフェワークショップ



先輩5名、後輩4名が参加しました。いちサポ卒業生の先輩たちがいちサポ利用者の後輩たちの就職活動を応援する交流会です。

自信が持てるようになるには？失敗したらどうする？目標は？得意なことの見つけ方は？などの後輩からの質問に、先輩たちが自分の経験を踏まえて丁寧に答えてくれました。

休憩中のコミュニケーションは？



「休憩中じゃなくても仕事の合間の時間も何となく気まずい雰囲気…」という声から開催。スマホアプリの攻略法や

人気のSNSの話、健康診断の話、話を聞いているだけでも楽しいよ、という意見、無理に話す必要もなく、トイレに行くなどその場から離れてもいいのでは？など。いろいろと試してみることに！

職場の合わない人と…



職場の合わない人との付き合い方について、改善する心構えとポイントについて意見を出し合いました。いろいろな意見

が出ましたが、こんなポイントが…！
①自分が変われば相手も変わる
②感謝の言葉・応援する言葉を実践
③相手の話を聞くと自分の話も聞てくれる
職場で実践してみる方向に…！

重要な
お知らせ

2020年度の定着ステップアップ登録更新について

更新を希望する方は来所・電話・メールでご連絡をお願いします。

4月30日(木)までに連絡がないときは一旦登録を停止します。
なお、2019年度に就職決定をした方は自動更新となります。

ショートメールの文章例

更新を希望する場合

●●です。
就職後の支援を更新します。

更新を希望しない場合

●●です。
就職後の支援を更新しません。

電話番号:いちサポ携帯電話
(ショートメールも可)
080-2804-8145

