

サポカフェ 瓦版 特集号

2021年4月1日発行
サポカフェ瓦版第49号

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



「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。

予定 2021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。

日付	時間	内容	テーマ/詳細
4月17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15日(土)	10時00分～12時00分	サポカフェ	仕事がうまくいく人、そうでない人
6月19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17日(土)	10時00分～12時00分	サポカフェ	職場における対人技能トレーニング
8月21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11日(土)	10時00分～12時00分	サポカフェWS	卒業生が利用者さんを応援する会です。(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。

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。

報告

2020年度のサポカフェの様子

サポカフェ 1/16 開催

「アンガーマネジメント」をテーマに開催しました。自分の怒りのタイプを診断し、普段の仕事の中で自分が怒りを感じるポイントについて、参加者同士で共有。それぞれに悩み事があり、自分のできる範囲で対処はしていたそうですが、果たしてそれでいいのかどうか、参加して確認することができたようです。冷静に物事を見極め、自分なりに対処をしている様子が見られました。



サポカフェWS 3/13 開催

当日は3人の卒業生が4人の後輩たちに就活のアドバイスをしてくれました。仕事を長く続けるコツとして、「自分が仕事をしないとお客様が品物を買うことができないという責任感」「将来やりたい職業につくという目標への準備(経験・人脈)として今の仕事をしている」「あえて苦手なことにも挑戦し、小さなやりがいや楽しみを作っている」と話しつつ、卒業生たちも仕事へのモチベーションを再確認していました。



ステップ相談

「頼っていた店長や先輩が転勤(異動)になってしまった」「ケアレスミスが減らない」「同僚の視線が気になり体調を崩してしまった」「挨拶や話しかけるタイミングがわからない」「自分だけ作業スピードが遅い」などの相談がありました。また、「会社の健康診断で病気が発見され傷病手当をもらって休職後、復職した」「疲れやストレスもあるが仕事で体を動かしたり、時々大きな声も出すのでそれがストレス軽減されている」「人に頼ることが苦手だったけど頼れるようになってきた」など近況報告をしに来所してくれた卒業生たちもいました。



重要な
お知らせ

2021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(金)までに連絡がないときは一旦登録を停止します。
なお、2020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