



働きたい・自分に出来る仕事を見つけたい！

# いちサポ通信

厚生労働省地域若者サポートステーション事業

サポステ 令和3年6月1日発行  
いちさぽ通信第94号

就職についてのご相談をお待ちしております！



0191-48-4467

開所時間 9:00~17:00

※受付時間 9時30分~16時

6月号

いちのせき若者サポートステーション(運営:NPO法人レスパイトハウス・ハンズ)  
〒021-0881 岩手県一関市大町4-29なのはなプラザ4階

## リフレーミングセミナー

報告 ◆日時:5/8 ◆参加者:3名 ◆会場:なのはなプラザ4階  
◆内容:自分の長所を発見するワーク

リクルートが開発した就労支援のプログラム「WORKFIT」。その中の一つである「はじめの一步プログラムA」を実施し、自分の短所を長所に言い換えるワークを行いました。

自分で自分のことを振り返るだけでなく、ワークに参加している他の参加者から「それってこんな見方もできるんじゃない?」というような前向きな言い換えをしてもらうことで、今まで気が付かなかった自分の長所に気が付くきっかけとなりました。「はじめの一步プログラムB(チームビルディング)」は10月に開催予定です。

マイナスだと思っていたことを、ほかの人に長所に言い換えてもらいました。



シートや枠を利用して、わかりやすく長所を発見するワークができました。

## JSTセミナー

報告 ◆日時:4/22 ◆場所:なのはなプラザ4階共同会議室  
◆参加者:6名 ◆対人技能トレーニングの実施



職場で求められるコミュニケーションスキルを身に付け、同僚や上司とのスムーズなやりとりを目的に開催した「JSTセミナー」。今回は「あいさつをする」「質問をする」の2つのテーマに視点を当て、実際にロールプレイを実施。

あいさつも質問も、基本的なことなので、これからの就職活動でしっかりできるようになりたいと思いました。

企業の皆様へ

いちサポでは、キャリアデザインや多様な働き方など、中途退社後の求職者を対象とした就労支援を行っています。お気軽にお問い合わせなどお待ちしております。

## コミュニケーションセミナー

報告 ◆日時:5/10 ◆参加者:2名 ◆会場:なのはなプラザ  
◆講師:今野良子(キャリアコンサルタント)



就職活動に欠かせない「コミュニケーション」。いちサポでは、「上手な主張の仕方」「違う角度からの見方」「相手の立場で考える」「相手を理解する」などのポイントに視点を当て、実際のワークを通して、必要な能力を身に着けます。

当日は、「失敗した」「消極的」「遅い」

などのマイナス表現を、「経験になった」「控え目」「丁寧」などの表現に言い換え、相手に好印象を与えられるようなマナーを習得。

コミュニケーションは自分だけの問題ではなく、相互の理解の上に成り立つものだと学びました。

自己主張が苦手だったので、をうまくプラス表現にして考えたり、発言したりしたいと思いました。

## 履歴書作成セミナー

報告 ◆日時:4/15 ◆場所:なのはなプラザ4階共同会議室  
◆参加者:1名 ◆ワード、エクセルを使用したデータ作成



応募活動に必要な「履歴書の作成」。セミナーでは、自分自身の職歴を振り返り、これから行う応募活動ですぐに使用可能なデータの作成を通して、経験の棚卸しを行いました。

職場の正式名称や、資格の正式名称、入社と退社の正確な年月などを整理しました。

パソコンを使用した履歴書の作成はデータが残るので、手書きよりも便利でした。参加して良かったです。

予防のお願い

いちサポをご利用の際は、マスクの着用と検温・手洗いの実施をお願いしております。お手数をおかけいたしますが、ご協力をお願いいたします。

実績

●登録者…………… 70名(うち2021年度新規5名)  
●就職等決定者…………… 6名(2021年4月より)  
●5月の就職決定者… 1名(5月1日~5月20日)

HP

支援プログラム等の詳しい情報はホームページまたは事務所の掲示板をご覧ください。右のQRコードからアクセスできます。お問い合わせはお電話(0191-48-4467)にてお気軽にお待ちしております。



## 予定 6月の支援プログラム

新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止することがあります。

2	水	おうしゅうルーム
3	木	1DAYセミナー
5	土	保護者セミナー
7	月	自己理解セミナー
8	火	JOB体験(一関図書館) …11日まで
16	水	おうしゅうルーム おおふなとルーム
17	木	ストレスマネジメントセミナー

19	土	ステップアップ相談
23	水	おおふなとルームin住田
24	木	スポーツウェルネス吹矢
25	金	就労専門家相談
29	火	こころの相談
30	水	おおふなとルーム

報告

## おうしゅうルーム

奥州市の「水沢メイプル」にて開催している「おうしゅうルーム」。月に2回開催しており、軽作業体験を通して就労



に必要なコミュニケーションや報告、連絡、相談などのスキルを身に着けるワークを実施。

報告

## おおふなとルーム

5月の大船渡ルームでは履歴書セミナー・職業興味テストを行いました。履歴書指導の希望は多く「志望動機」欄が一番時間は掛かります。ただ基本的な履歴部分の記載の仕方が足りない場合や修正が必要な場合等も見られます。自信を持って応募先へ提出するために、是非お気軽にご参加・お問合せ下さい。

## ビジネスマナーセミナー

報告 ◆4/5 ◆参加者:2名 ◆場所:なのはなプラザ4階  
◆内容:ビジネスマナーの基本スキルの習得 ◆講師:今野良子(キャリアコンサルタント)



仕事をする際に必要な「ビジネスマナー」の習得を目的に、セミナーを開催。

参加者と講師とのやりとりを通して、これまでの思い込みや後ろ向きな考えを捉えなおす機会となり、就職活動に向けた多くの学びや気づきを得た時間となりました。

お知らせ

いちサポの駐車場は「なのはなプラザ無料駐車場」または「一関図書館駐車場」をご利用ください。どちらも満車で「一関市営駐車場」を利用する場合は3時間まで無料駐車券を発行いたしますのでお持ち下さい。



# いちサポQ&A ~基本情報・対象者・支援プログラム~



いちサポって  
なにをしてくれるの？



15歳から49歳までの仕事をしていない人を  
就職するまでサポートします。  
ご家族からの相談も受け付けています。



49歳までの就職を応援します！



いちサポには、いつ、どこに問い合わせたらいいの？



お問合せ 10:00~17:00(土日祝日を除く)



TEL:0191-48-4467  
FAX:0191-48-4468

いちのせき若者サポートステーションはここにあります！

〒021-0881

岩手県一関市大町4-29

なのはなプラザ4階

なのはなプラザ駐車場または一関図書館駐車場をご利用ください。一関市営駐車場については無料駐車券を発行いたします。駐車券をお持ちください。



いちサポは、どんな人が対象なの？



- ①働くことが初めてで不安を感じている方
  - ・中学校卒業時進学せず就職を希望する生徒
  - ・中学・高校・専修学校等に在学する進路が未決定の生徒(卒業・終了年度の1月から登録が可能です)
  - ・通信制及び定時制高校に在学し、働くことを希望する生徒
  - ・高校を中途退学し、就職を希望する生徒
  - ・家から出ることに不安を感じている方
- ②働いた経験はあるが、ブランクがあり不安な方
- ③就職活動を進めているが思うように就職が決まらない方
- ④就職してもうまく定着できず、転職を繰り返している方



いちサポには、どんなプログラムがあるの？



- ・商品の仕分けや検品等を行う作業体験活動
  - ・実際に職場に行って働く様子を見学する企業見学会
  - ・自己PRや志望動機を整理して行う面接練習
  - ・履歴書や職務経歴書の作成など応募書類作成
  - ・ビジネスマナー、コミュニケーションなどを習得するセミナーなどのプログラムを行っています。
- そのほか、奥州地域、大船渡地域の相談も随時受け付けております。千厩地域、大東地域での出張相談も開催しております。

問合せ

詳しくはお電話またはメールにてお気軽にお問い合わせください。  
電話番号・・・0191-48-4467  
メールアドレス・・・ichisapo@yahoo.co.jp