

サポカフェ 瓦版 特集号

2025年4月1日発行
サポカフェ瓦版第57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
携帯080-2804-8145
メール: ichisapostaff@gmail.com



いちサポHP



「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、職場に馴染めない、正社員に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。

いちサポ事務所がジョブカフェの隣に移転しました！

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、卒業生たちが気軽に交流できる「サポカフェ」と、平日相談に來れない方の「個別相談」を隔月土曜日に開催しています。

予定

2025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。
5月10日(土)	10時00分～12時00分	サポカフェ	休日の過ごし方
6月14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。
7月12日(土)	10時00分～12時00分	サポカフェ	モチベーションの保ち方・プラス思考になるには
8月23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。
9月20日(土)	10時00分～12時00分	サポカフェワークショップ	卒業生が利用者さんを応援する会です。

*前日までに予約をお願いします。*予定は変更となる場合があります。事前にいちサポ(0191-48-4467)までお問い合わせください。

報告

2024年度のサポカフェの様子

11/9 サポカフェ 4名参加 「職場での悩み事」

職場での悩み事や困り事を共有し対処方法を参加者の皆で考えました。「働きやすいが距離感が近くてトラブルにもなる」「プライベートの事まで詮索される」「業務量が増えると優先順位がわからなくなる」「正社員に誘われたが自信がない」等について話し合いました。悩みは自分だけじゃない、と安心できたり、自分の職場を客観視できる良い機会となりました。



3/8 先輩6名・後輩6名 参加 サポカフェワークショップ

いちサポで就活して就職した先輩から自分の就職活動や現在の業務について就活中の後輩に経験を話してもらいました。後輩たちの踏み出す一歩を応援しながらも、自分の体験談を話すことで「今の働き方で頑張ってきて良かった」「同じ障害枠で働いていても働き方について色々な考えがあると感じた」「ポジティブノートの効果」など改めて気づくこともあり有意義な時間を過ごすことができました。



ステップ相談 随時

「ベテランの先輩たちが退職し自分が責任ある担当になりプレッシャーを感じて辛い」「派遣社員に指示する立場になりうまく伝えられずイライラする」「毎日残業があり少し疲れるが給料が増えるのは嬉しい」「準社員として働いているが他の正社員と同じ給料というのも気になってきた。でも正社員になれば責任が重くなると思うし悩んでいる」等々の相談がありました。



重要な
お知らせ

2025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(水)までに連絡がないときは一旦登録を停止します。
なお、2024年度に就職決定をした方は自動更新となります。



電話番号: いちサポ携帯電話
(ショートメールも可)

080-2804-8145



ショートメールの文章例

●●です。就職後の支援を更新します。