

イントロダクション

10/2、16 (金)	13:30~15:30	登録者向けセミナー
10/15 (木)	13:30~15:00	オリエンテーション (少人数)

10/19 (月)	14:00~15:30	ハローワーク マイページ登録会
--------------	-------------	--------------------

健康をととのえるプログラム

10/5、12、19 (月)	11:00~13:00	朝活
-------------------	-------------	----

参加メンバーで話し合い、グループで決めた内容を実際に活動する3回実施のプログラムです。

1日目：ガイダンス、みんなでやることを決める
2日目：みんなでやってみる
3日目：みんなでふりかえる

10/8、22 11/12、26 (木)	15:30~17:00	体調や気分が波があって 困っている人の相談会
----------------------------	-------------	---------------------------

全4回の連続講座です。少人数のグループでテーマについて話し合い、学び合います。 ※3回目、4回目からの参加はできません。

10/12、26 (月)	13:30~15:30	街中コミュニティ
-----------------	-------------	----------

コミュニケーションが苦手だと思っている若者同士で、人と過ごすこと、話すこと、一緒に楽しむことを気負わず練習できる継続参加が前提の別途登録制のプログラムです。

単発の参加はできません。
まずは見学から。

暮らしをととのえるプログラム

10/9 (金)	13:00~15:00	サウナワーク
-------------	-------------	--------

館内の清掃や発送準備など簡単な作業を複数人で行います。生活リズムを整えたい、働くイメージをもちたい人におすすめ。

10/16 (金)	13:00~15:00	サウナワーク (館外活動)
--------------	-------------	------------------

館外に出掛けて軽作業を体験するプログラム。働くイメージをもちたい人、作業の得意・不得意を見つけない人におすすめ。

10/26 (月)	13:00~17:00	サウナワーク (チームワークトレーニング)
--------------	-------------	--------------------------

チームでチラシの発送作業を行います。封筒づくりや、封入作業を共同で行い、作業を通じて、誰かと協力して働くことを体験できます。

じぶんひとのつながりをととのえるプログラム

1日コース 10/3 (土)	14:00~16:00	
-------------------	-------------	--

4日コース 10/5 (月) 10/12 (月) 10/16 (金) 10/22 (木)	14:00~17:00	じぶんみがきダンス
--	-------------	-----------

東山青少年活動センターでの、ダンス創作を体験しながら、自分と向き合う力や自己表現、コミュニケーション力を高めるプログラムです。ダンスの経験は必要ありません。

1日コース、4日コース合わせて5日間参加可能です。

詳しくはHPを
ご確認ください

10/19 (月)	13:30~16:30	キモチとカタチの働くBASE マナー講座
--------------	-------------	-------------------------

就職活動や就労後に必要となる社会人としての基本的なマナー（服装、言葉遣い、職場におけるルールなど）を身につける講座。

10/10 (土)	13:30~16:30	キモチとカタチの働くBASE コミュニケーション
--------------	-------------	-----------------------------

コミュニケーションとは何か？を知るミニセミナーと、「自己紹介」を使って言語／非言語を含めた実践的な対話の練習をします。

※中面につづきがあります

働きたいけど...



参加までの流れ



まずはお電話ください
TEL:075-213-0116



来所・初回相談



登録・利用開始

地域若者サポートステーション

働くための準備をととのえるプログラム

10/1 ①13:30~14:40
(木) ②14:50~16:00

就活準備プログラム

①就活の進め方や給与明細の見方など、働く上で必要な基礎知識を知ることのできるプログラム
②履歴書の書き方を知り、応募するための準備を行うプログラム。

10/2 13:30~16:30
(金)

オフィスワーク シミュレーション

報告・連絡・相談の仕方や、曖昧な指示にどのように対応したらよいかなど、働く上で必要なことをロールプレイを通じて身に付けることができます。

10/10 10:00~11:30
(土)

ジョブトレーニング (ちまき)

祇園祭の“ちまき”製作体験。コツコツした作業が好きな人、在宅でもできる仕事を体験してみたい人におすすめ。

働くことについて様々な悩みを抱えている
15~49歳までの若者のみなさんが
就労に向かえるようサポートしています

専門相談

「こころの相談」で就労に一步踏み出せない気持ちの整理をしたり、「キャリアの相談」で就活や職業選択に関する相談をしたりできます。

土台づくり

コミュニケーションの練習や緊張・ストレスの向き合い方などを学べるプログラムがあります。自分の癖や考え方に気づくことができます。

就活準備

履歴書や面接、チームワークについて学べたり、自分の強みや価値観を整理したりするセミナーを行っています。働くための実践的な能力を身につけられます。

就業体験

模擬的な空間（カフェ、事務、農業）で行う短期間の体験や、実際の現場（介護・宿泊施設）で行う長期間の体験を実施しています。



なんたん地域若者サポートステーション

〒621-0042
京都府亀岡市千代川町高野林西ノ畑16-19

TEL: 0771-23-8002 / FAX: 0771-23-8004

OPEN: 火曜日・木曜日・土曜日 12:00~17:00
CLOSE: 上記以外の曜日及び祝日、年末年始



JR嵯峨野線 千代川駅下車 徒歩10分