

日	月	火	水	木	金	土
休み	2月			1 サポステ塾「ジャンプ」 10:00~12:00	2 市民お助け隊 10:00~12:00	3 節分 
4	5	6 心理相談・黒崎ST	7 心理相談	8	9 行橋ST	10 心理相談
休み	サポステ塾「ステップ」 10:00~12:00 サポステ塾「ホップ」 14:00~15:00	サポステ塾「ホップ」 10:00~11:00	サポステ塾「ジャンプ」 10:00~12:00	グループW⑥ 14:00~16:00	市民お助け隊 10:00~12:00 サポステ塾 「職業適性検査」 14:00~15:00	家族セミナー(AIM7階) 10:00~12:30 交流会 <small>お出かけ</small> 「介護施設見学」 11:30~14:30
11	12 振替休日	13 心理相談・豊前ST	14 心理相談 <small>特別講座</small>	15	16 行橋ST	17
休み	休み 	社会人講話 「仕事理解」派遣の仕事 14:00~16:00	社会人講話 「ポリテク説明会」 14:00~15:00	サポステ塾「ジャンプ」 10:00~12:00 女子会 14:00~15:30	市民お助け隊 10:00~12:00 交流会(行橋ST) 14:00~15:30 PC練習会 ⑥14:00~	
18	19	20 心理相談・黒崎ST	21 心理相談 <small>特別講座</small>	22	23 行橋ST	24 心理相談
休み	サポステ塾「ステップ」 10:00~12:00 サポステ塾「ホップ」 14:00~15:00	サポステ塾「ホップ」 10:00~11:00	社会人講話 「心と体を整える整体について」 14:00~16:00 プレ就労10:00~12:00 「フラミンゴカフェ」	グループW⑥ 14:00~16:00 プレ就労10:00~12:00 「フラミンゴカフェ」	市民お助け隊 10:00~12:00 PC練習会 ⑥14:00~ プレ就労10:00~12:00 「フラミンゴカフェ」	交流会 14:00~15:30 OBOG会 15:30~16:30
25	26	27 心理相談・豊前ST	28 心理相談	参加したいプログラムはあらかじめ 予約してね！ 電話や面談時でOK！ ※各プログラムは予告なく変更・中止する場合があります。 事前に電話等でご確認ください。		
休み	サポステ塾「ステップ」 10:00~12:00 サポステ塾「ホップ」 14:00~15:00	ホンキの就職 10:00~15:30	「オトナ」の コミュニケーション講座 14:00~15:00			

**サポステ塾(社会人基礎能力取得講座)**  
 就職に必要なスキルを身につけるために、現在の利用者のどのレベルの方々でも参加しやすいよう、3段階のレベルに分けています。  
**ホップ(初級)**：人に話しかける、挨拶の仕方、アサーショントレーニングなどコミュニケーション力を身につける方法を学びましょう。  
**ステップ(中級)**：自分にあった仕事は何かを考え、世の中にはどのような仕事があるのかを学びましょう。PCスキル講座なども開催。  
**ジャンプ(上級)**：履歴書や職務経歴書の作り方を学んだり、面接練習など行いを人前で発表する自信をつけていきましょう！

**プレ就労体験(職場実習)**  
 AIM内テナント「フラミンゴカフェ」での短期・短時間の就労体験です。配膳や清掃などカフェのオープン前の準備をします。

**「オトナ」のコミュニケーション講座**  
 人と話すのが苦手、話しかけ方がわからない、人とのかわるのが苦手など、コミュニケーションスキルを楽しく学びましょう。

**市民お助け隊(外でのボランティア)**  
 公園内清掃活動など、身近にできるボランティアを体験。

**社会人講話** 特別講座  
 ポリテクの方から就職に関する情報提供を行ってもらい就職の準備に役立てましょう！

**フリースペース交流会①**  
 サポステのフリースペースを使った利用者同士のmini交流会です。簡単なボランティアやグループワーク、PC練習会などを行います。(約1時間)

**交流会(交流会/女子会/OB・OG会)**  
 皆でレクリエーションをしたり、物作りなどの活動をする中で楽しくコミュニケーションを身につけていきましょう。  
お出かけ 交流会 2/10  
 介護施設へお仕事見学に行きます！詳細はスタッフにお問い合わせください。



お気軽に  
お問い合わせ  
下さい。

問い合わせ先はこちらに

**北九州若者サポートステーション**

〒802-0001 北州市小倉北区浅野3-8-1 AIMビル2階

☎093-512-1871

http://kitakyushu-saposute.com



※サポステ事業は厚生労働省・福岡県委託事業です