



富津市出張相談会を開催します！

働くことに関する悩みを抱えている若者とその保護者の方を対象に出張相談会を実施します。ぜひご参加ください！

◆日時：9月18日（木）

午前の部（11時～12時）

グループカウンセリング 20名

午後の部（13時～17時）

個別相談（1人45分） 4名

◆場 所：富津市役所 4F 404会議室

◆参加料：無料

※完全予約制となります。



個別相談の様子



ワークショップの様子

★リラックス法ワークショップ★

8月12日(火)にハローワーク木更津において臨床心理士による「就活で疲れた心のリラックス法を探る」をテーマにワークショップを行いました。

参加者からは、「沈んだ気持ちを切り替えるコツを教えていただき楽になりました。」

「就活だけではなく、悩みがあるときの対処法として、これからも活用したいと思います」との声をいただきました。

ちば南部地域若者サポートステーション



お気軽にご連絡ください

〒292-0831 木更津市富士見1-1-1

たちより館2階(木更津駅東口駅前)

TEL : 0438-23-3711 FAX: 0438-23-3711

URL : <http://www.chiba-nanbu-saposute.jp>



◆ご利用の流れ

- ①まずは、お電話ください。(0438-23-3711) **初回面談**の予約をお取りします。
- ②キャリアコンサルタントによる**初回面談**では、個人カードなど利用にあたって必要となる書類を書きいただきます。ここで、サポステの利用に関する説明を行います。ご希望になればグループワーク等を見学できます。
- ③個人カードと面談内容について専門家と検討し、今後のサポステ利用に関する方針を後日お知らせいたします。
- ④利用方針に基づいて、グループワークへの参加、定期的なキャリア相談や心理相談を受けることができます。ご利用の際は、必ず予約が必要ですので、お気軽にお声掛けください。

平成26年9月グループワークのご案内

| 日付 | 9:50~10:40 | 10:50~11:40 | 日付 | 9:50~10:40 | 10:50~11:40 | | |
|-----|------------|-------------|------------|------------|-------------|------------|------------|
| 1日 | 月 | コミュニケーション① | 17日 | 水 | スタートアップ | | |
| 2日 | 火 | アサーション① | 18日 | 木 | NEWSでトリビア① | NEWSでトリビア② | |
| 3日 | 水 | スタートアップ | | 19日 | 金 | 面接練習 | |
| 4日 | 木 | NEWSでトリビア① | NEWSでトリビア② | 20日 | 土 | 休館 | |
| 5日 | 金 | 面接練習 | | 21日 | 日 | 休館 | |
| 6日 | 土 | 休館 | | 22日 | 月 | コミュニケーション① | コミュニケーション② |
| 7日 | 日 | 休館 | | 23日 | 火 | 秋分の日 | |
| 8日 | 月 | コミュニケーション① | コミュニケーション② | 24日 | 水 | スタートアップ | |
| 9日 | 火 | アサーション① | アサーション② | 25日 | 木 | 線画を描こう① | 線画を描こう② |
| 10日 | 水 | スタートアップ | | 26日 | 金 | ビジネスマナー | |
| 11日 | 木 | 線画を描こう① | 線画を描こう② | 27日 | 土 | 休館 | |
| 12日 | 金 | 職員ミーティング | | 28日 | 日 | 休館 | |
| 13日 | 土 | 休館 | | 29日 | 月 | コミュニケーション① | コミュニケーション② |
| 14日 | 日 | 休館 | | 30日 | 火 | アサーション① | アサーション② |
| 15日 | 月 | 敬老の日 | | | | | |
| 16日 | 火 | アサーション① | アサーション② | | | | |

◆利用方法

- ①グループワークへの参加は、キャリアコンサルタントによる面談後決定します。
キャリアコンサルタントが作成したカリキュラムに基づいて参加予約を行ってください。
- ②初めてグループワークに参加する方は、木曜日の「スタートアップ」に必ず出席して下さい。
スタートアップでは、職業レディネス・テスト（職業興味）を実施しています。
- ③参加にあたっては、サポステ利用規約を厳守していただきます。
もし、利用規約が守れない場合は、サポステの利用をお断りする場合があります。
- ④参加予約は、前日までに行ってください。
- ⑤グループワーク開始後の途中参加はお断りしています。時間厳守で教室へお入りください。

◆グループワークの内容

- 『コミュニケーション』：グループワークを通してコミュニケーションスキルを身につけていきます。
- 『アサーション』：自己主張訓練です。相手も自分も大切にコミュニケーションの練習です。
- 『面接練習』：就職に向けた自己アピールや、履歴書の作成方法、就活に対する知識や技術を学習します。
- 『ビジネスマナー』：就職に必要なビジネスマナーの習得、就職面接の技術や言葉遣いなどを学習します。
- 『スタートアップ』：初めてグループワークに参加する方は、必ず出席して下さい。
スタートアップでは、職業レディネス・テスト（職業興味）を実施しています。
- 『線画を描こう』：植物、手、机などいろいろな被写体を線画で描いていきます。
- 『NEWSでトリビア』：新聞の切り抜きを使って、内容の把握や意見交換を行います。