

定着・ステップアップ支援 懇談会

平成27年度、サポステでは卒業生を対象とした『定着・ステップアップ支援』を開始しました。その一環として毎月開催した懇談会では、様々な分野のエキスパートを迎え、仕事に役立つ話を伺いました。

消費者契約講座



労基法・パワハラ講座



ストレスマネジメント講座



月に一度ですが、職場以外の人達と話ができるのが良いです。各月ごとの講師の話もためになります。専門の方の声を聞いてとても参考になりました。これからも前向きに仕事を頑張りたいし、自分で判断して一人でやっていける力を身に付けたいです。 Wさん

卒業生の声

懇談会は、自分と違う職場の人の話が聞けるよい機会です。勉強になります。悩みを一人で抱えこまず、他の方のアドバイスを聞いて学ぶことができます。今後は、家のことを手伝いながら正社員になって働き、独り立ちしていきたいと考えています。 Kさん



卒業生懇談会では、上記以外にも「ビジネスマナー講座」「税講座」「ダンスセラピー」等を行いました。懇談会後半は、仕事や日常のことなどを自由に話すフリータイムです。職場ではなかなか言えないことも、懇談会では肩の力を抜いて語り合うことができるようです。懇談会の他にも、電話での相談や就労状況の確認等で卒業生をバックアップしました。参加しているほとんどの卒業生が職場が変わることなく頑張っていることを、とても嬉しく感じています。

あなたにとってサポステとは？

サポステを利用している皆さんにとって、サポステはどんな場ですか？サポステで得たものは何ですか？皆さんがどのように考えているのか聞いてみました。

自分の中で感じている心配・不安を相談員さんと話すことでやる気が出るし、予定を作ることで外へ出るきっかけにもなっています。また、同年代の人と話せる場所でもあり、同じ趣味のことを話せる友達ができただことはすごく嬉しいです。それによって自立するための活力を生んでくれると感じています。Kさん

サポステは、様々なことを気付かせてくれたり教えてくれたりする場です。ジョブトレでは「やりがい」と「実際の現場での仕事」を知りました。ジョブトレに参加するたびに自分が成長していると感じています。相談では、一歩踏み出す勇気をいただきました。応募してみたい求人票を持参したときに「あなたが初めて応募したいと言ってくれた求人だから、頑張ってみよう！」と相談員さんに言ってもらい、とても嬉しかったです。一番心に残っているのは「ホンキの就職」です。応募の課題について「最初から応募できなくてもいい、少しずつ応募に近づいていけばいい」「成否関係なく、まず応募したらよいのでは」とアドバイスをもらい、応募への怖さが少し減りました。このプログラムで様々なことを得ることができました。サポステには、とても感謝しています。いつも行くことを楽しみにしています。これからもよろしく願います。Hさん

いろんな年代の人と話せる場所です。サポステに来てから、趣味が合う友人が増えた気がします。サポステのスタッフの方は、みんなフレンドリーで話しやすいです。就職の事とか、悩んでいる事とかがあるときは、スタッフの方が親身になって聞いてくれてとてもありがたいです。Tさん

サポステに来る前は、「働かなきゃ！」とは思っていましたが、人間関係などに自信がなくて、ずっとニートでした。今はコミュニケーショントレーニングのプログラムに毎週参加しています。その中でいろいろな悩みが出てくることもありますが、相談員さんがいつも話を聞いてくれて「ああ、あの時はこうすれば良かったんだなあ…」と、自分なりの反省点や課題を見つけることができます。これからは、自分ができることから一つずつ続けていきたいと思っています。Sさん

「サポステくらぶ」スタート！

4月8日(金)より、コミュニケーショントレーニングのステップアップ編として「サポステくらぶ」がスタートします！

時間：毎週金曜日 14:00～15:50

目的：自発的に話す・聞く・うなずきやあいづち・質問などを意識して参加し人と関わる力を身に付けます。コミュニケーションの実践の場となります。



皆様のご参加をお待ちしています！
カードゲームを使ってコミュニケーションを深める時間もありますよ(^_^) お気軽にどうぞ！



サポステくらぶ
担当：細木