

しんじゅく若者サポートステーション

40代も
利用できる

サポステ・プラス 1月プログラム

日	月	火	水	木	金	土
1 年始休館	2 年始休館	3 年始休館	4 	5	6 	7
8 休館日	9(成人の日) 休館日	10	11	12	13 13:00~15:00 ボランティア体験！ 「切手整理で社会貢献！」 (※はさみ持参)	14 休館日
15 休館日	16 15:30~17:30 アサーション講座 ～上手な思いの伝えかた～ SIN医療福祉サービス	17	18 13:30~16:00 接客体験！「とつかふえ」 ※13時00分サポステに集合	19 13:00~16:00 農業体験！ ※雨天中止 (※13時京王線稲城駅改札前集合 自宅で検温をしてから参加 マスク、軍手、飲み物、買い物袋、着替え持参)	20	21
22 休館日	23 13:00~15:00 ビジネスマナーセミナー ～応用編～	24 13:00~15:00 セルフケアチェックとストレス コーピング ディーキャリア中野オフィス	25	26 14:00~15:00 ※雨天中止 「大久保通り清掃」 ※13時50分現地集合。場所は スタッフにご確認ください 13:00~15:00 パソコン講座 ～Word基礎編～ (株)ウィルオブ・ワーク	27	28 休館日
29 休館日	30 15:30~17:30 ジャーナリングで目標設定 ～書いて整えるマインドフルネス応 用セミナー～ (株)COKIA	31 13:00~15:00 若葉マークの就活 ～長所・強み を考える Kaizen 新宿	2/1 10:00~11:30 ボランティア体験！ 「高田馬場駅前清掃&花壇整備」 (地域盛り上げ隊！) ※9時50分JR高田馬場駅早稲田 口改札前集合 ※雨天中止	<p>(サポステからのお知らせ) 2023年のしんじゅくサポステは1月4日(水)10:00から開所いたします。どうぞお気軽にお越しください。新型コロナウイルス感染防止のため、サポステに来所される際は、①来所前の検温 ②マスク着用 ③受付時の消毒にご協力ください。また、社会情勢に応じてセミナーの中止、延期等に変更する場合がありますので、ご協力をお願いします。</p>		

【注】 予定が変更になる場合があります。セミナー参加を希望される方は前日までにご予約をお願いいたします。

【しんじゅくサポステ サポステ・プラス】

セミナー、各種イベントに参加する場合は時間厳守でお願いします。

☎: 03-6380-2288

ブログ:<http://ameblo.jp/shinjukusaposute/> メール:syss@roukyou.gr.jp ホームページ:<http://syss.roukyou.gr.jp/>