

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 2月プログラム

日	月	火	水	木	金	土
			1 13:00～15:00 怒りと不安の対処法セミナー 10:00～11:30 ボランティア体験！ 「高田馬場駅前清掃&花壇整備」 ※9時50分JR高田馬場駅早稲田口 改札前集合 ※雨天中止	2	3 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	4
5 休館日	6	7 13:00～15:00 職場見学ミニ準備講座 @しんじゅくここから広場 ※12時30分サポステ集合 ※7日&9日両日参加プログラム ※新宿区勤労者・仕事支援センター 合同開催	8 13:00～15:00 幸福度を上げるストレスケア講座 ～マインドフルネス編～ (株)COKIA	9 14:00～15:30 職場見学(IT企業) SIA株式会社 ※12時45分サポステ集合 ※7日と9日両日参加プログラム ※新宿区勤労者・仕事支援センター 合同開催	10	11(建国記念の日) 休館日
12 休館日	13 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	14 15:30～17:30 職場見学 藍染め&機織り工房 和なり屋本店 ※14時15分サポステ集合	15 13:30～16:00 接客体験!「とつかふえ」 ※13時00分サポステ集合 13:30～17:00 合同企業説明会@ねりまサポステ ※12時10分サポステ集合 ねりま若者サポートステーション主催	16 13:00～16:00 ※雨天中止 農業体験 ※13時京王線稲城駅改札前集合 14:00～15:00 ※雨天中止 ボランティア体験! 「大久保通り清掃」地域盛り上げ隊! ※13時50分現地集合。場所はスタッフ にご確認ください。	17	18
19 休館日	20	21 13:00～15:00 ビジネスマナーセミナー ～基本編～	22 13:00～15:00 お仕事体験 「事務の仕事を体験してみよう」 ディーキャリア中野オフィス	23(天皇誕生日) 休館日	24 13:30～15:00 パソコン講座 ～Excel基礎編～ (株)ウィルオブ・ワーク	25 休館日
26 休館日	27 15:30～17:30 ストレス対処法セミナー ～リソースの活用～ リヴァトレ市ヶ谷	28 13:00～15:00 自己理解セミナー ～自分を見つめてみよう!～ ハローワーク新宿	3月1日 10:00～11:30 ボランティア体験! ※雨天中止 「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	<p>(サポステからのお知らせ)</p> <p>新型コロナウイルスの感染状況によってプログラムを変更する場合がございます。変更等についてはホームページでもご案内いたしますので、ホームページもあわせてご確認ください。</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: sys@roukyou.gr.jp ホームページ: <http://sys.roukyou.gr.jp/>