

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

6月プログラム

日	月	火	水	木	金	土
				1	2 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	3 12:30~17:30 ボランティア体験！ 「フードバンクのお手伝い！」
4 休館日	5	6	7	8 13:00~16:00 ※雨天中止 農業体験！ ※13時00分京王線稲城駅改札前集合 、軍手、飲み物、買い物袋、着替え持参	9	10 休館日
11 休館日	12 13:00~15:00 パソコン講座 ～Excel基礎編～ (株)ウィルオブ・ワーク	13 13:00~15:00 若葉マークの就活 ～長所・強み を考える Kaizen新宿	14	15 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	16 13:00~15:00 キャリアプランニング ディーキャリア田町オフィス	17
18 休館日	19 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	20 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	21 13:30~16:00 接客体験！「とつかふえ」 ※13時00分サポステに集合	22 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分現地に集合。場所はスタッ フにご確認ください	23	24 休館日
25 休館日	26 13:00~15:00 ビジネスマナーセミナー ～基本編～	27 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	28 13:00~15:00 ソーシャルスキルトレーニング③	29	30	

【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/>