

# 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

# 8月プログラム

日	月	火	水	木	金	土
		1 10:00~11:30 ※雨天中止 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	2	3	4 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	5
6 	7	8	9	10 14:00~17:00 ※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	11(山の日)  休館日	12  休館日
13  休館日	14 15:30~17:30 心を整えるジャーナリング×マインドフルネス講座 (株)COKIA	15	16 13:30~16:00 接客体験！「とつかふえ」 ※13時00分サポステに集合	17 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	18	19
20  休館日	21 13:00~15:00 パソコン講座 ～Word基礎編～ (株)ウィルオブ・ワーク	22	23 13:00~15:00 コミュニケーションを楽しもう！ ～仲間と一緒に作る成功体験～	24 13:00~15:00 お仕事体験 「事務の仕事を体験してみよう」 ディーキャリア田町オフィス	25	26  休館日
27  休館日	28 13:00~15:00 ビジネスマナーセミナー ～基本編～	29 14:00~15:30 就職活動ガイダンス & jobtag紹介 ～自分に合った「しごと」を見つけよう～ 新宿わかものハロワーク	30	31 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		

【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](mailto:syss@roukyou.gr.jp) ホームページ:<http://syss.roukyou.gr.jp/>