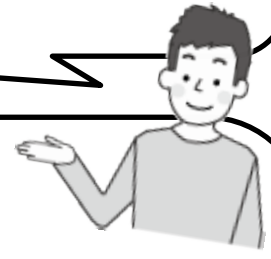




相談員からの一言

Experience it!  
最近、今まで経験してきた個々の出来事を、一つに重ね合わせ、社会の中で役立つ機会がありました。自分からやってみたくて参加し経験した事だけでなく、なんとなく面倒だなと思いつつながら経験したことで、その経験が後々に大きな意味をもつことがあるのだなと改めて思いました。  
やはり「Experience it!」です。 (佐々木)



○出張相談

- ・四日市市 毎週火曜日 13:30~16:30 (四日市大学)
- ・桑名市 毎月第1・2・4水曜日 13:15~17:15 (桑名市役所 北庁舎1階旧市民相談室)
- ・いなべ市 毎月第3水曜日 13:30~16:30 (いなべ市藤原庁舎・会議室)
- ・木曾岬町 毎月第3木曜日 9:30~11:30 (木曾岬町福祉・教育センター和室)
- ・東員町 毎月第1水曜日 10:00~12:00 (東員町保健福祉センター・2F会議室)
- ・菰野町 毎月第3水曜日 10:00~12:00 (菰野町農村環境改善センター内)
- ・朝日町 毎月第4水曜日 10:00~12:00 (朝日町役場・1F相談室)
- ・川越町 毎月第2水曜日 10:00~12:00 (川越町役場・2F会議室)
- ・HW四日市 毎月第3火曜日 13:00~16:00 (ハローワーク四日市)
- ・HW桑名 毎月第3木曜日 13:00~17:00 (ハローワーク桑名)

## ~若者の集い~



4月23日(土) 10:00~12:00

対象者: 15才~39才までの就職を目指している方々  
若者の集いってどんなことなの?  
簡単なコミュニケーションゲームなど通じ、若者同士で楽しく交流を行います。参加することによってコミュニケーション力の向上や、同じような悩みを持った人と、ゲームやワークを通じて自然に話ができるようになっていきます。  
過去の集いでは、「じゃんけん列車ゲーム」「落ちた落ちたゲーム」「じゃんけん陣取りゲーム」「言葉並べゲーム」などを行い、大好評でした。

ほくサポメルマガ「ほくサポ通信」のお知らせ  
この度、メルマガ「ほくサポ通信」を配信することが、決まりました。配信日は不定期で、ほくサポで行われる講座やボランティア情報をいち早くお届けすることができます!  
ほくサポ利用者の方は、是非購読をお願いします。  
購読方法: ①ほくサポHPの購読フォーム  
②QRコード読み込み、空メール  
③a0001669431@mobile.mag2.com  
に空メール  
いずれかの方法で購読して下さい。  
わからない事があれば気軽にお問合せ下さい。



月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
				【朔日恵比寿】 【ゴミ拾い】		お休み
4	5	6	7	8	9	10
お休み		東員町出張相談 桑名出張相談 員弁出張相談		【ゴミ拾い】 ★臨床心理士相談		お休み
11	12	13	14	15	16	17
お休み		川越町出張相談 桑名出張相談 大安出張相談		【ゴミ拾い】		お休み
18	19	20	21	22	23	24
お休み	HW四日市 出張相談	菰野町出張相談 藤原出張相談	木曾岬出張相談 HW桑名出張相談	【ゴミ拾い】 ★臨床心理士相談	若者の集い ★臨床心理士相談	お休み
25	26	27	28	29	30	
お休み		【諏訪新道一斉 清掃】 朝日町出張相談 桑名出張相談 北勢出張相談		祝日のため お休み		



就労体験をしてみませんか?  
就職活動の前に仕事の現場を知りたい!自分にはどんな仕事ができるか試したい!  
など、まずお気軽にご相談下さい。

【就労体験相談予定日】

- ◆4月 1日(金)
- ◆4月 8日(金)
- ◆4月15日(金)
- ◆4月22日(金)



※ほくサポは、日・月・祝日がお休みとなっております。  
相談・講座はすべて無料です。  
予約制となっておりますのでお電話・メールでの連絡をよろしくお願ひします。  
遅刻・キャンセルの場合は、ほくサポまでご連絡下さい。  
詳しい内容は、お気軽にお問い合わせください。



お問い合わせ  
北勢地域若者サポートステーション  
〒510-0086 三重県四日市市諏訪栄町3-4 星座ビル2F  
☎059-359-7280 (予約制)

## ボランティア掲示板

### 朔日恵比寿

日程： 4月1日（金）  
時間： 9：00～16：00  
内容： 朔日恵比寿 抽選会の準備お手伝い

8：45 集合

### ゴミ拾い・水やり

日程： 4月1日・8日・15日・22日  
時間： 13：30～14：30  
内容： 商店街アーケードのゴミ拾い・清掃作業

13：15 集合

### 諏訪新道一斉清掃

日程： 4月27日（水）  
時間： 9：00～9：30  
内容： 花壇の草取り

8：45 集合

## 集中訓練プログラム

2か月後、自信を持って就活に臨める自分と出会う！  
「就職を勝ち取る」ために2ヶ月間の集中訓練プログラムを開講します！  
15～39才の若者で就職を目指す方はどなたでも参加できます。

### プログラム内容

- ①コミュニケーション能力を付けるための講座
- ▼
- ②社会人基礎力をみがくための講座
- ▼
- ③就職の実践につながる講座
- ▼
- ④資格取得を目指すための講座
- ▼
- ⑤より良い自分になるための講座
- ▼
- ⑥ストレスに強くなるための講座

6月、7月の2ヶ月間



修了後、働くに向けて  
就活をサポート

## 相談員紹介

ほくサポの新しい相談員を紹介します！

- ・藤川 五月 相談員 （出勤予定曜日：水・木・金）10：00～15：00
- ・篠 晶子 相談員 （出勤予定曜日：火・木・金）10：00～15：00

2名の女性相談員が増えました！

女性相談員希望の場合はご連絡ください。

※また、相談員は変更可能ですのでお気軽にどうぞ♪

（相談、予約状況によってご希望にそえない場合がございます。）



## 葛巻写真館 第16号

歩けないのに 走るな。

走れるのに歩くな。

By ネットで見かけた言葉



歩くことすら出来ない人が、走ろうとしたってそれは難しいでしょう。  
まずは歩くことです。  
反面、走れるくせに歩いてしまうことには、一体どんな意味があるのでしょうか？  
いずれにせよ、自分に出来る事を、精一杯やることが重要です。  
そして、歩けるようになったらそのとき、走りませんか？  
走り出したら、止まることなく前を向いて走りましょう。