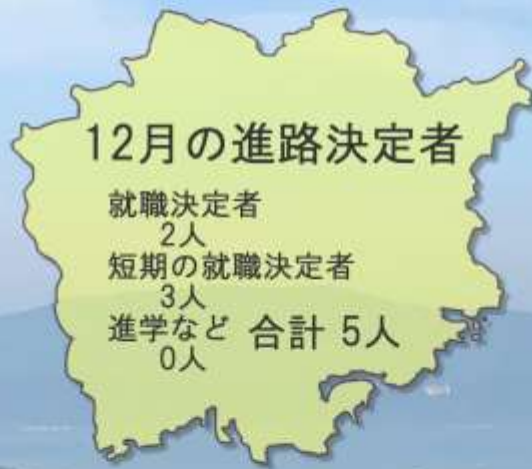


OKAYAMA

OKASAPO NEWS 2020 February No.68



12月の進路決定者

就職決定者 2人
短期の就職決定者 3人
進学など 合計 5人
0人

牛窓オリーブ園より(瀬戸内市)



ホームページ
<http://okasapo.roukyou.gr.jp/>



Facebook
<https://www.facebook.com/okasapo/>



LINE@

友達登録 募集中!!



「QRコード」「ID slr1291o」「おokayamaサポステ」で検索

(受託団体) 特定非営利活動法人ワーカーズコープ

2月のスケジュール

2020

日	月	火	水	木	金	土
<p>※第2・第4金曜日は、9:00~20:00 ※ハビコン講座は、午前の部①、午後の部②の 2回×2日間推します。 同日の午前の①・午後②連続での参加はできません。 ※平日10:00~10:30は体操の時間です。 ※ハビコン講座の時間が10:00⇒10時30分スタートとなります。 ※今月のサカヤマ塾は12時スタートです。</p>						
2	3	4	5	6	7	8
休館日	休館日	休館日	休館日	休館日	休館日	休館日
9	10	11	12	13	14	15
休館日	休館日	休館日	休館日	休館日	休館日	休館日
16	17	18	19	20	21	22
休館日	休館日	休館日	休館日	休館日	休館日	休館日
23	24	25	26	27	28	29
休館日	休館日	休館日	休館日	休館日	休館日	休館日

※プログラム参加希望者は「前日17時まで」に、必ず予約をしてください(予約方法:来所・電話・メール)
※プログラム参加は「待機厳守」をお願いします。欠席・遅刻するときは電話等で必ず連絡してください。
(無断遅刻の場合は途中参加できませんので、ご注意ください)
※屋外でのプログラムの場合は悪天候の場合、中止または変更する場合があります。不明な時はサポステまでお問い合わせください。
TEL 086-224-3038 E-mail okasapo@roukyou.gr.jp



2020年2月

つやまサテライト&各エリア 出張相談会のご案内

つやまサテライト

2/4 2/18 2/25 11:00~16:00 (予約制)

岸山市南新座34
アリオパールしんぞ西棟2階
岸山ふれあいサロン内

毎週火曜日(祝日は除く)



美作 出張相談会

2/27 (木) 11:00~16:00 (予約制)

美作市北山390-2 美作保健センター内
毎月第4金曜日(祝日を除く)



和気ハローワーク 出張相談会

2/21 (金) 13:00~16:00 (予約制)

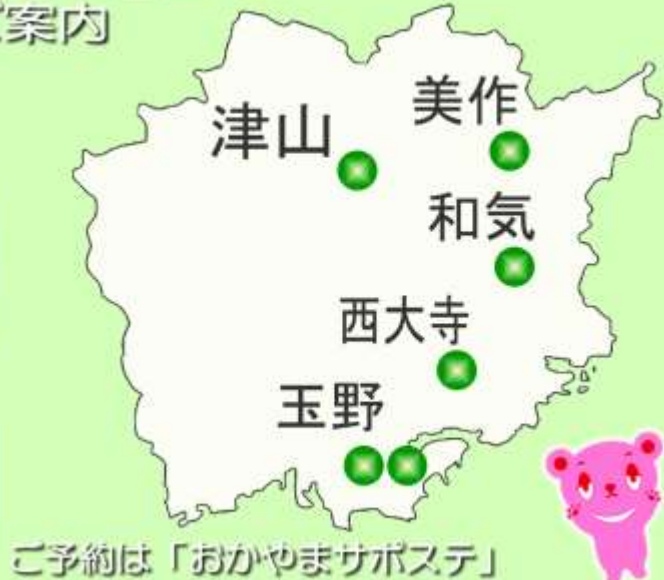
和気郡和気町和気431-10
和気ハローワーク内
毎月第3金曜日(祝日を除く)



西大寺ハローワーク 出張相談会

2/18 (火) 13:00~16:00 (予約制)

岡山市東区河本町325-4
西大寺ハローワーク内
毎月第3火曜日(祝日を除く)



ご予約は「おokayまサポステ」
TEL 086-224-3038 まで!

玉野/玉野市立図書館 出張相談会
(玉野市立図書館・中央公民館内)

2/14 (金) 13:00~16:00 (予約制)

玉野市宇野1-38-1 天満屋ハピータウン メルカ 2階
毎月第2金曜日(祝日を除く)



玉野/玉野市教育サポートセンター 出張相談会

2/28 (金) 13:00~16:00 (予約制)

玉野市玉原3-17-2 玉野市教育サポートセンター内
毎月第4金曜日(祝日を除く)



2月 土曜開所日のお知らせ

2月の土曜開所日

第3土曜 2/15 9:00~18:00
平日来所できない方、お待ちしております



「定期的に面談予約を！」

セミナーに積極的に参加して
知識を深める事はとても良い事です!
...でもせっかく得たモノをどう自分で
活かせるか、振り返る事が大切です。
定期的に面談をとって一緒に
行動プランを考えましょう!



「職場体験のススメ」

仕事をする事がはじめての方や前職から
時間があいてしまった方が
「自分には何が出来るのか...」を悩まれている
場面をよく目にします。



企業さまのご協力もあり、職場見学・体験をできる場所が多数あります。
職場の空気を肌で感じ、実際に作業を体験してみて、
「自分には出来るかどうか」を確かめてみませんか?

体験先は随時
更新しています!



担当スタッフとよく話し合って
最初は無理をせず、
まず自分に出来そうな事から
一歩ずつ目標を持って始める事が
結果、最短ルートに繋がると思います。

スタッフにお問い合わせください!!

おokayサポ新聞の表紙写真募集!

※件名に「表紙写真(応募)」と記入し、撮影場所と
ニックネーム、画像を添付して下記のアドレスに
送ってください。
※著作権/個人情報保護法に該当する可能性がある
とサポステが判断した場合は掲載できませんのでご了承ください。

応募先: okasapo@roukyou.gr.jp
締切: 2020年2月17日(月) サイズ: 2560x2560位迄

職業講話 2/17(月) 13:30~15:00



「コープ商品を試食しながらコープのお仕事について考えてみよう」

講師: 生協組合おokayまコープ 小林さん

職場体験、合説では企業ブースを出していただいています、おokayまサポステのご協力企業さま
「おokayまコープ」さんに2月は来ていただけることになりました。
生活協同組合という一般企業とは少し異なった団体であり、食品・生活スーパーは
もちろんですがトラックによる宅配事業、保険事業など地域の方々
寄り添った生活サービスを行っている企業さまです。



「第11回 西川緑道公園クリーン活動」

ボランティア募集! 2/13(木) 10:30~12:00

前回、前々回は紅葉の季節なのもあり
枯れ葉でゴミ袋がいっぱいになりました。
落葉樹の葉は既に散りましたが、自然に
還らない、缶やナイロンなどのゴミの方が
厄介です。寒さが予想されますが温かい
恰好でぜひご参加ください。

集合場所: サポステ4Fセミナールーム
※車手をご持参ください
※雨天中止、事前にSNSで告知します

Other おokayまサポステは、セミナー盛り沢山!

2/12 水曜 13:30~15:00 待留先生
「社内トラブル解決法」

2/14 金曜 10:30~12:00 若月先生
「気持ちのよい挨拶の仕方」

2/18 火曜 13:30~15:00 中村先生
「ことばであそぼ♪」

2/21 金曜 10:30~12:00 岡崎先生
「心とカラダのバランスを整える体操」

2/28 金曜 14:00~16:00 山下先生
「行動を起こすために」

コラム 2月

地元、関西では近所の西宮恵比寿神社へ
「勝負感で世もってこい」で有名な
えびす総本社です。
そして定番のおみくじにチャレンジ!
関西・岡山とも、なんと「大吉」を引いて
しまいました。
年始の運は良い結果だったので、何とか
今年いっぱい運氣維持ができようかと
努めたいと思います。



(日本三大稲荷 ※自稱らしいです...)

生活リズムを直したい・維持したい方へ

プランクが長くなると、いざ仕事となった時に
「元の生活リズム」に戻すのがなかなか大変に
なってきます。
「昼夜逆転になってしまった...」という言葉も
よく耳にします。サポステでは2月より
午前10時から20~30分ほど
ラジオ体操とリズム体操を土曜を除く開所日に
実施していますので、セミナーの前や面談の前に
軽く運動をしてみませんか?

※事前予約は不要です

プチ心理学 キャリアコンサルタント-N- 談話



「アイデンティティ拡散期」

アイデンティティとは、簡単にいうと
「社会の中にある自分らしさ」という意味です。
この用語を提唱したのは「エリクソン」という
ドイツの心理学者です。

「自分が何者か分からない」という不安や葛藤に陥ってしまう時期を
「アイデンティティの拡散」と言い個人差はありますが
18~30歳くらいに起こる現象です。「自分らしさ」「自分は何が
したいのか」が分からなくなる時期です。

日本では「和(協調性)」を大事にする風習が強い事もあり、
周りに合わせながら生きて行くのが虚しくなったり自分の意見を
主張するのを慎んで言えなくなったりする傾向にあります。

そして、自分を見失ってしまう状態を
「アイデンティティ・クライシス」と
言います。(危機状態)

しかし、この状態に陥る事自体は
決して悪い事ではありません。
「自分を見つめ直すこと」
「どう生きていこうか」など
心が不安定な状態の中で「葛藤をする」という作業をすればするほど
「自分と深く向き合った」という大きな経験値が得れるからです。

<編集部より>

新聞で「とりあげて欲しい話題」が
あれば「サポステおokayままで」
Eメール: okasapo@roukyou.gr.jp
皆さまのご意見お待ちしております