

# 2016年 7月 サポよこカレンダー

※予定は変更になる場合もあります

日	月	火	水	木	金	土
26	27	28	29	30	1	2
			休館		社会人の ペン習字 10:00～12:00 心理カウンセリング 予約制 13:30～	
3	4	5	6	7	8	9
休館	漢字検定クラブ 13:00～15:00	ものづくり講座 (手芸、イルミネーション制作) 13:00～	休館	セミナー パソコン勉強会 13:00～15:00	社会人の ペン習字 10:00～12:00	施設訪問 ボランティア 「わたぼうし」 13:30～15:30
10	11	12	13	14	15	16
休館	漢字検定クラブ 13:00～15:00	ものづくり講座 (手芸、イルミネーション制作) 13:00～	休館	セミナー パソコン勉強会 13:00～15:00	社会人の ペン習字 10:00～12:00 心理カウンセリング 予約制 13:30～	施設訪問 ボランティア 「わたぼうし」 13:30～15:30
17	18	19	20	21	22	23
休館	休館	ものづくり講座 (手芸、イルミネーション制作) 13:00～	休館	セミナー パソコン勉強会 13:00～15:00	社会人の ペン習字 10:00～12:00	
24	25	26	27	28	29	30
休館	漢字検定クラブ 13:00～15:00	ものづくり講座 (手芸、イルミネーション制作) 13:00～	休館	セミナー パソコン勉強会 13:00～15:00	調理実習 (第2回) 10:00～13:00	グループ カウンセリング 10:00～12:00 13:00～15:00
31	1	2	3	4	5	6

問合せ TEL:0182-23-5101

各プログラムの詳しい内容は、裏面でご確認ください⇒

## 2016年7月サポよこカレンダー内容

※予定は変更になる場合もあります

プログラム名	日程	内容	場所／時間
キャリア・インサイト	連日	自分に合う職業はどのようなものがあるのかを、自己分析として「キャリアインサイト」で診断してみませんか。日程以外でも実施できます。	サポステ 10:00～
グループ カウンセリング	30日	ラフな時間の中で、自分に湧き上がってくる思いに寄り添ってはみませんか。思いを直接言葉にしてみたいはいかがでしょうか。新しい自分に出会えるかも…	男女共同参画センター 10:00～12:00 13:30～15:00
心理カウンセリング (予約制)	第1、3 金	臨床心理士、精神保健福祉士による相談をいたします。ご希望の方は前もって予約をお願いいたします。相談は無料です。	サポステ 13:30～
ふわっとサロン事業 調理実習 (第2回)	29日	いよいよ暑い季節になりましたね。『一人暮らしでも簡単にできる』をコンセプトに、この暑さに負けない様に美味しく、元気になる料理を作りましょうね。	サポステ 10:00～13:00
セミナー パソコン勉強会	毎週 木	即戦力になるためのビジネス文書を作成してみましょう。自信をつけて、就活に挑戦してみましょう。Excelでは、ビジネスにおいて使用される頻度の高い関数を学習しましょう。	サポステ 13:00～15:00
社会人の ペン習字	毎週 金	ボールペンのきれいな文字で、就職を勝ち取りませんか。文字を学習しながら、生活のリズムをつかみましょう。	サポステ 10:00～12:00
ものづくり講座	毎週 火	一つのものを作成するうえでの、仲間との協力や手順などを考えながら、ものを作成する喜びを感じていく講座です。参加費は無料です。	サポステ 13:00～
漢字検定クラブ	毎週 月	就職のために漢字検定に合格したい人、週1回の漢字勉強で生活のリズムを整えたい人は一緒に勉強しませんか。サポステよこての利用者さんが考えてくれた企画です。	サポステ 13:00～15:00
施設訪問 ボランティア	9日	<small>あざくらえん</small> 阿櫻園(知的障がい者施設:横手市赤坂) 利用者の方々と余暇活動をします。	<small>あざくらえん</small> 阿櫻園 13:30～15:30
《協力団体》 施設訪問ボランティア 「わたぼうし」	16日	<small>かくじゅえん</small> 鶴寿苑(老人介護施設:横手市山内) 利用者とカラオケを楽しんだり話し相手をしたりします。	<small>かくじゅえん</small> 鶴寿苑 13:30～15:30

\* サポよこカレンダー以外の講習会も企画中です。下記の間合せ先までにお電話またはホームページをご覧ください。

【申込み・問合せ先】 サポートステーションよこて  
横手市横山町1-1(すこやか横手内)  
TEL:0182-23-5101  
FAX:0182-23-5102  
ホームページ: <http://www.sapoyoko.jp>

