

## 不安に向き合う勇気！ サポステが応援します！

『前の仕事を退職後、どうしても応募に踏み出せない…』

『このまま空白期間が延びたらと思うと、不安でたまらない』

『進路が決まらないまま卒業しちゃった』

『焦るけど、どうしたら良いか分からない…』

など働きたいけど不安がいっぱい…。



長岡地域若者サポートステーション(長岡サポステ)は働くことに踏み出したい若者とじっくり向き合い、本人や家族の方だけでは解決が難しい「働き出す力」を引き出し「職場定着するまで」を全面的にバックアップする厚生労働省委託の支援機関です。

詳しい情報は長岡サポステのホームページをご覧ください。

長岡サポステ



詳しい支援内容は中面へ！

まずはお気軽にお電話を！

0258-86-7730

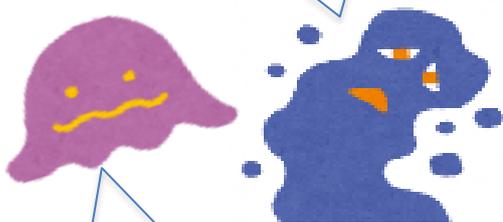


## 働きたい若者の就職応援隊！！

# サポステの支援

## 例えばこんな不安に・・・

家族以外と話さなくなって、もう何年かな…。働くことなんて不安だらけだよ。でも、変わりたい気持ちもあるんだ…。



子どもが、長期間仕事に就けずにいる。家族以外で、本人の相談にのってくれるところがあれば良いのだけれど…。

## 相談

まずはお話を聞かせてください。個室で相談員がじっくりとかがいます。いきなり就職活動に取り組みなくてもいいんです。ひとりひとりに合ったやり方を一緒に考え、無理なく少しずつ進んでいきます。ご家族からの相談にも対応しております。就職を考えている方には、履歴書準備や面接練習も行っています。

## プログラム

パソコン教室、コミュニケーショントレーニング、就活セミナー等、いろいろなプログラムを実施しています。1回の参加では変わらないかもしれないけれど、積み重ねていけば変化が起こる！臨床心理士による心理学講座や、就職活動に特化した「ホンキの就職」も不定期開催しています。



早く就職したい！  
体験とか出来れば、自信をもって就職出来そう！

## ジョブトレ・職場実習

企業にうかがって現場で働く体験をするジョブトレや、社員の方々と同様の働き方を短期間行う職場実習を実施しています。現場への行き来はサポステスタッフが同行するので安心です。経験して初めてわかることがたくさんあります。働くことへの意識を高め、就労への不安感を軽減していきます。

# プログラム紹介

長岡サポステでは、定期的に行っている「プログラム」が10種類あります。(2019年6月現在)  
その中から、今回は「スポーツ」と「ビジネスマナー」の2つをご紹介します。

## スポーツ

働く上で大切な体力の向上をめざしています。

ラジオ体操などの軽い運動、卓球・ドッチボール、屋外へのウォーキングなどを行っています。

### 【参加者の声】

- ◇ 外に出て体を動かすことがないので、貴重な機会だと思います。
- ◇ 掃除・準備など自発的な行動が必要だと思いました。
- ◇ ボールやドッチビーを投げるとき、声を出して相手の名前を呼んでいます。コミュニケーションが取れると思いました。



## ビジネスマナー



あいさつ・敬語・電話対応など、基本的なマナーを学んでいます。  
就活時や就職後にも役立つ内容を心がけています。

### 【参加者の声】

- ◇ 電話対応や報連相を学ぶ機会があり、ありがたいです。
- ◇ 働いた経験がある参加者の経験談を聞くことができ、参考になります。
- ◇ いろんな人の意見を聞くことができ、切磋琢磨できるところが利点だと思います。
- ◇ 働いた経験がほとんどないので、学ぶことができ、練習の場になっています。

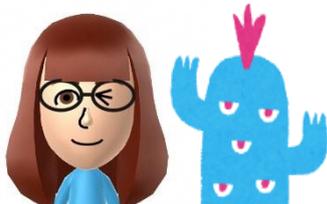


利用者さんによる

# サポステスタッフ紹介

長岡サポステには、9人のスタッフがいます。今回はその中から2名のスタッフをご紹介します！  
紹介文は、プログラム「一般教養講座」の参加者の皆さんが考えてくださいました。

近藤相談員



就活セミナーや「ホンキの就職」を担当。  
グループワークなどで  
参加者の話し合いが進まないとき、  
絶妙な助け舟を出してくれる。  
「もしかして天然?!」と  
思わせるところもあるけれど(笑)、  
いるだけで周囲が明るく和みます。

総合活動やビジネスマナーを担当。  
イメージカラーはオレンジや黄色。  
似合う花は、太陽に向かって咲く「ひまわり」。  
頼れるみんなのお姉さんのような存在だけど、  
唯一の弱点は花粉症！  
いつも明るいムードメーカーです。

細木支援員



## 利用状況(2018年度実績)

2018年度 長岡地域若者サポートステーション 利用状況

●相談件数

(2019年3月末現在)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
相談件数	220	251	214	201	218	208	236	201	192	158	170	164	2433
定着・ステップアップ相談件数	39	44	51	44	32	35	53	51	60	71	54	66	600

※定着・ステップアップ相談では、就職した方の職場定着やさらなるステップアップを支援します。

新規登録者と就職者

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
利用者数(延)	120	145	135	125	135	127	160	140	130	133	126	144	1620
新規登録者数	30	22	18	22	22	24	15	19	19	9	17	13	230
就職者数	6	10	12	3	8	10	12	6	13	10	11	12	113

セミナー等のプログラムへの参加

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
参加人数(延)	185	259	259	188	210	226	248	215	225	201	159	149	2524
実施回数	33	40	42	39	36	33	38	37	36	33	33	34	434