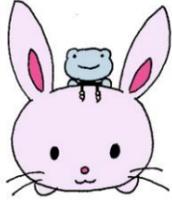


しんじゅく若者サポートステーション

40代も
利用できる

サポステ・プラス 2月プログラム

日	月	火	水	木	金	土
				1 10:00～11:00 ※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 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	3
4 休館日	5	6	7 13:00～15:00 全身運動でモヤモヤを吹き飛ばそう！	8 13:00～16:00 農業体験！ ※雨天中止 ※13時京王線稲城駅改札前集合 自宅で検温をしてから参加 マスク、軍手、飲み物、買い物袋、 着替え持参	9	10 休館日
11 休館日	12 休館日	13	14 15:00～17:00 誰でも持っている 「折れない心」の創りかた (株)ワイズアンドグローバルアソシエイツ	15 13:00～15:00 ビジネスマナーセミナー ～基本編～	16 13:00～15:00 お仕事体験 「事務の仕事を実験してみよう」 ディーキャリア田町オフィス	17
18 休館日	19	20 15:00～17:00 パソコン講座 ～Word基礎編～ (株)ウィルオブ・ワーク	21 13:30～16:00 接客体験！「とつかふえ」 ※13時00分サポステに集合 13:00～15:00 全身運動でモヤモヤを吹き飛ばそう！	22 14:00～15:00 ※雨天中止 ボランティア体験！ 「大久保通り清掃」 ※13時50分現地に集合。場所はス タッフにご確認ください。 13:00～16:00 お仕事体験 ～発送業務～	23 休館日	24 休館日
25 休館日	26 15:00～17:00 自己肯定感をアップする マインドフルネス実践講座 (株)COKIA	27 13:00～15:00 心のスキルアップセミナー ～日常生活や人間関係に活か せる外在化テクニック～ LITALICOワークス新宿南口	28 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～	29 15:00～17:00 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		

【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 ホームページ:<http://syss.roukyou.gr.jp/>