

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 12月プログラム

日	月	火	水	木	金	土
<p>(サポステからのお知らせ) 2023年12月28日(木)～2024年1月3日(水)は年末年始休館とさせていただきます。</p>					<p>1 10:00～11:30 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 ※雨天中止</p>	2
3 休館日	4	5 15:00～17:00 パソコン講座 ～Excel基礎編～ (株)ウィルオブ・ワーク	6	7 13:30～15:40 都立城東職業能力開発センター見学・ものづくり体験 城東職業能力開発センター (※13時30分現地に集合。場所はスタッフにご確認ください。)	8 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)	9 休館日
10 休館日	11	12 15:00～17:00 幸福度を上げるストレスケア～マインドフルネス実践講座～ (株)COKIA	13	14 13:00～16:00 ※雨天中止 農業体験！ (※13時00分京王線稲城駅改札前集合) 13:00～15:00 全身運動でモヤモヤを吹き飛ばそう！	15 13:00～16:00 お仕事体験 ～発送業務～	16
17 休館日	18 13:00～15:00 コミュニケーションワークショップ 劇団銅鑼様	19 13:00～15:00 キャリアプランニング ディーキャリア田町オフィス	20 13:30～16:00 接客体験！「とつかふえ」 ※13時00分サポステに集合	21 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。)	22	23 12:00～16:00 ボランティア体験！ 「フードバンクのお手伝い！」
24/31 休館日	25 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	26	27	28 年末休館	29 年末休館	30 年末休館

【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/>