

社会への自立に不安を抱えるあなたへ

通所型1ヵ月コース  
(期間中4泊5日の合宿あり)

# 若年無業者 集中訓練プログラム

生きるための**自信**と**元気**を身につけ、  
自立への準備をするためのプログラム

自ら立ち、自分を律することが自立(律)という人がいます。このプログラムは自立(律)の準備をおこなう1ヵ月間のプログラムです。

大きく分けて自立とは、経済的な自立と精神的な自律があります。

あなたは思い描く自立(律)はどちらでしょうか?

まずは自立(律)とは何かを理解して自分に合った自立(律)を目指すための準備をおこなっていきます。何も行動しなければ変わりません。独りで悩むのではなく我々と一緒に考えていきましょう。



訓練生

## 募集

先着10名

(最低催行人数4名)

平成26年 8月1日(金) ~ 8月29日(金) 週休2日制 (認定申請中)

※最低催行人数に至らない場合、開催日程が変更になる場合があります。

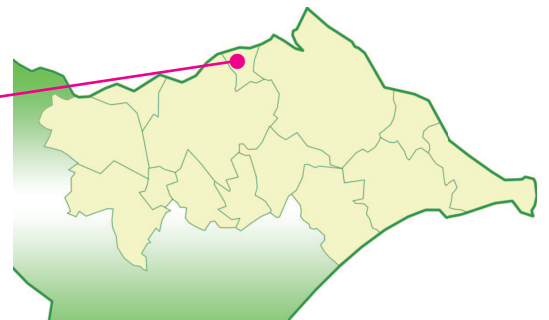
- 募集対象 15歳から 39歳までの、就業や就学をしていない方
- 申し込み先 ちば北総地域若者サポートステーション  
(受講にはサポステへの利用登録が必要です)
- 参加費 15,000円 ※減免措置制度利用可能。詳細はお問い合わせ下さい。  
(合宿宿泊費・食費、教材費、傷害保険込み)



合宿  
場所

神崎わくわく西の城

〒289-0222  
千葉県香取郡神崎町並木658



お申込み・お問い合わせはこちらから

ちば北総地域若者サポートステーション

(受託: NPO法人ワーカーズコープ成田地域福祉事業所)

☎0476-24-7880 FAX 0476-24-5220

〒286-0044

千葉県成田市不動ヶ岡1113-1 成田市勤労会館内 2階事務所

開館: 平日(月~金) 9時~18時

Email: hyss@hokusou-saposute.jpn.org URL: <http://hokusou-saposute.jpn.org/>

※ちば北総地域若者サポートステーション事業は、千葉県北総地域の14市町の推薦により、厚生労働省から認定されている事業です。



# 生きるための“自信”を育てる、12種のワーク

暮らす  
自信

## ①アパートの借り方講座

物件の探し方から契約満了・契約更新までの一連の関連知識をわかりやすく説明します。住まい周辺の環境や良い不動産業者を選ぶ方法などを基礎から学びます。

## ②家計管理講座

家賃、光熱費、食費、雑費など生活していく上でどれくらい費用がかかるのかをファイナンシャルプランナーがわかりやすく説明します。

## ③税金・保険制度講座

所得税、住民税、健康保険制度など社会生活に関わる知識をファイナンシャルプランナーが専門的な視点でわかりやすく説明します。

## ④料理教室

合宿期間内に実施します。  
みんなで協力して調理をおこない、後片づけまで丁寧に指導します。

## ⑤グループワーク、コミュニケーション訓練等

相手に伝えることと他者理解のために『傾聴』を学びます。  
コミュニケーションに対する苦手意識を解消していきます。

## ⑥社会参加訓練

ボランティア活動等を通じて、地域を探索し、地域との接点を模索して行きます。  
地域社会とのつながりと帰属性を体感し、地域とのかかわり方について学びます。

## ⑦職場体験、職場実習（OJT）

複数の職場体験・実習を通じ、外から見た職場ではなく、  
実体験を通して内から仕事の組み立てについて学んで行きます。

## ⑧就職活動の基礎知識講習、模擬就職活動

履歴書等の書類作成講座、模擬面接講座を通じ、実際の就職活動への不安を解消していきます。  
ハローワークにも足を運び、検索機の使い方など、ハローワーク活用術を学びます。

## ⑨ビジネスマナー講習

電話応対、名刺の渡し方等、今更聞けないこともわかりやすく勉強を進めて行きます。

## ⑩メンタルヘルス講座

長く働き続けるためには、セルフケアが大切です。  
就職した後、仕事を続けていく上での自己の気づきとセルフケアを中心とした講座です。

## ⑪労働法講座

労働法について学び、働く上での社会的ルールを理解して行きます。

## ⑫社会探究ワーク

最新の時事問題・社会での出来事をテーマに、ワークショップ形式で学習していきます。

仕事を  
見つける  
自信

生き  
続ける  
自信

## 受講までの流れ

- ・まずは『ちば北総地域若者サポートステーション』へお問い合わせください。
- ・受講前にハローワークでの受講申請会への参加をお願いしております。
- ・受講にはサポートステーションへの登録が必要になります。

## 参加費について

- ・参加費 15,000円  
(合宿宿泊費・食費、教材費、傷害保険込み)
- ・世帯収入300万円以下の方には減免措置の制度があります。
- ・制度利用には証明書類の提出をお願いしております。