



【サポステふくい】  
 福井市光陽 2 丁目 3-2 2  
 福井県社会福祉センター 1F  
 TEL 0776-21-0311  
 FAX 0776-21-0313  
 EMAIL info@fukui-yss.com

【サテライト】  
 毎週火曜日のみ（要予約）  
 三方上中郡若狭町大鳥羽 27-13-4  
 若狭ものづくり美学舎内  
 TEL 0776-21-0311  
 FAX 0776-21-0313  
 （当面の間の連絡先）

## 2012年4月カレンダー

\*相談・・・月～金 10:00～18:00 **要予約**

\*心理カウンセリング・・・『就労に向けた』不安や悩みの相談です。 **要予約**

●各プログラムに参加するためには、事前面談が必要です。

日	月	火	水	木	金	土
1 お休み	2 サポステカフェ ステップアップタイム	3 来てみる会	4 グループワーク	5	6	7 お休み
8 お休み	9 サポステカフェ ステップアップタイム	10 来てみる会	11 グループワーク	12 職場見学	13	14 お休み
15 お休み	16 サポステカフェ ステップアップタイム	17 来てみる会	18 グループワーク	19 チャレンジディ 「太極拳」	20	21 お休み 親サポ 13:30～16:00
22 お休み	23 サポステカフェ ステップアップタイム 料理教室 9:30～	24 来てみる会	25 グループワーク	26 チャレンジディ 「話し方教室」	27 チャレンジディ 「プチ労働体験」 (販売業務)	28 お休み
29 お休み (昭和の日)	30 お休み (振替休日)					

\*サポステカフェ\* 毎週月曜日 10:00～17:00 自由な活動の場です。  
 毎月最終月曜日は、料理教室を行っています。(9:30～)

### \*各グループワーク\*

	月	火	水
名称	ステップアップタイム	来てみる会	グループワーク
日時	13～14時	13～14時	14～15時
内容	適職検査 自己分析など	リラックス法 対人スキル練習など (主に緊張の強い方) 全4回	コミュニケーションゲーム 自己主張練習など 外出活動
定員	5名	3名程度	5名程度

\*チャレンジディ **予約制 1週間前までに申し込みをお願い致します**

\*月3回程度 木曜日 13:00～14:00

\*「プチ労働体験」(販売会の会場により時間は随時お知らせ致します)

### \*お知らせ

\*「料理教室」の曜日が変更になりました。(毎月最終火曜日⇒毎月最終月曜日に変更)

\*「サポステカフェ」は従来どおり毎週月曜日の10:00～17:00まで行っています。

(「料理教室」の日も10:00～17:00まで行っています。)



# サポステ模様 ~2月~

職場見学 2月10日(金)

第24回目となる今回の職場見学は、ラジオ放送を行っている「㈱エフエム福井」を訪問しました。アナウンサーに仕事内容や今の仕事につくまでの経緯、心がけていることなどを聞かせていただきました。その後、生放送の番組収録現場を見学し、参加されたみなさんは、興味深そうに見入っていました。

## ☆参加された方の感想☆

- ◆ラジオというのは、タイミングや機械調整など、手間暇をかけてやっていることがわかった。
- ◆話すことのプロの方なので、とてもわかりやすく、話に聞き入ってしまいました。
- ◆2~3人で生放送しているというのが、驚きました。時間に合わせて、臨機応変に対応する様子がかっこよかったです。



グループワーク外出活動 3月7日(水)



3月7日(水)の外出活動は、勝山市の恐竜博物館に行きました。

メンバーさんの中には小さい頃に遊びに来たことがあるという方もいましたが、博物館の方に丁寧に説明していただき、大人になってまた新鮮な発見に出会えたようです。大迫力な恐竜たちにも出会い、みなさん少し疲れた…とのことでしたが、日常と違う世界を楽しめたようでした。



料理教室 2月28日(火)



今回の料理教室は、『ごはん、ハンバーグ、シーチキンとキャベツのサラダ、桜もち』というメニューでした。

ハンバーグにはキャベツを混ぜ込みました。1人分の量が多いのでは…という心配もありましたが、とてもおいしく仕上がり、1人2つのハンバーグをペロリといただきました。桜もちには道明寺粉を使い、みんなで手分けして試行錯誤しながら餡を包みましました。きれいな桜色の春らしいデザートが出来上がりました☆

