

# 2022年1月 イベントカレンダー

※セミナーやイベントへの参加は「予約制」とし、予約の受付は原則希望日（実施日）の前日までとします。

日	月	火	水	木	金	土
<p>新年あけましておめでとうございます 2022年もひろサポを どうぞよろしくお願いたします</p>  <p>今月のイラスト：トラ 長尾さん、いつもご協力ありがとうございます♪</p>						1
2	3	4	5	6	7	8
休館日	休館日		2022書き初める! 10:30~11:30	復習しよう! 電話対応の基本 13:00~14:00		休館日
9	10	11	12	13	14	15
休館日	休館日 成人の日	ニックと学ぶ Excel編(初級) 13:00~14:00		HW弘前出張相談 13:00~17:00		開所日 ((株)・M・S) 職場あるある 11:00~12:00
16	17	18	19	20	21	22
休館日			「女性ならではの 困りごと」を語り合おう 11:00~12:00	☆『お仕事の魅力発 見 CADのおもしろさを 体験しよう!』 14:00~16:00		休館日
23	24	25	26	27	28	29
休館日	こころの相談 13:30~16:00	おしごと体験 11:00~12:00	五所川原出張相談 13:00~17:00	黒石出張相談 13:00~17:00	ニックと学ぶ 男の身だしなみ編 13:00~14:00	休館日  〔第3回 自然体験 交流塾〕
30	31	 <p>お問合せ・申込先</p> <p>ひろさき若者サポートステーション</p> <p>〒036-8003 青森県弘前市駅前町9-20 弘前公共施設 ヒロ口3F (弘前就労支援センター内)</p> <p>0172-35-4851 hirosapo@ims-hirosaki.com https://hirosapo.ims-</p> <p>☆印...ジョブカフェあおもりととの共催セミナー ※イベントの内容は裏面をご覧ください</p> <p>開所時間 9:00~17:00 休業日 土日祝・年末年始</p>				
休館日	「眠れない」に困って いる人、集まれ! 13:00~14:00					

## ★イベント内容★

お願い▶イベントへ参加を希望される方は前日までにご連絡ください。定員があるイベントは定員満了でお断りするケースもございます。

日にち	イベント名	内 容	場所/時間	備 考
5日	2022書き初める!	「書き初め」それは、新年に向けた抱負や祈願をしたためるもの。2022年事始めのイベントで、ひろサボスタッフと一緒に、一年の目標をたためましょう! (書道有資格者は「先生」として指導もお願いします)	ヒロ口3F 多世代交流室B 10:30~11:30	要事前予約
6日	復習しよう! 電話対応の基本	電話もコミュニケーション手段の一つですね。でも苦手な方も多いのでは?? 慣れることが一番ですが、まずは電話対応(ビジネスマナー)の一步前の練習をしましょう。基本を中心に一緒に練習(復習)をしてみましょう♪	ヒロ口3F 多世代交流室A 13:00~14:00	定員3名 筆記用具持参
11日	ニックと学ぶ Excel編(初級)	大好評「ニックと学ぶ」シリーズ! エクセルはさまざまな場面で使われる代表的な表計算ソフトです。初級では基本的な部分を一緒に練習します。 ※参加したい方で都合が悪い場合はご相談ください	ヒロ口3F 多世代交流室A 13:00~14:00	定員:4名
13日	ハローワーク弘前 出張相談	ハローワーク弘前にて出張相談を行います。「ひろサボってどんなところ?」と不安な方、一度ひろサボスタッフとお話してみませんか?ご予約お待ちしております!	ハローワーク弘前 13:00~17:00	要事前予約 定員4名
15日	話そう!職場あるある (フリートーク)	働いてみてわかったこと、疑問に思うこと、そろそろ期間満了になるけれど...など、こんな時他の人はどうしているんだろうと感じていることを、みんなで話し合ってみましょう♪職場あるあるが見つかるかも!?	(株)I・M・S 11:00~12:00	※駐車場は 各自確保
19日	「女性ならではの困りごと」を語り合おう	女性ならではの悩みや困り事を、少人数でお話しする場を設けます。普段あまり話せないことや聞けない話、この機会にちょっとお話ししてみませんか。※女性限定	ヒロ口3F 多世代交流室A 11:00~12:00	定員3名程度
20日	☆共催セミナー 『お仕事の魅力発見 CADのおもしろさを 体験しよう!』	こちらのセミナーは雇用保険求職活動の実績となります ひろさき若者サポートステーション&ジョブカフェあおもり共催セミナー パソコンを使って図面を描くCAD。 基本的な操作方法やCADソフトを使って簡単な図面を作成してみましょう。	ヒロ口3F 多世代交流室B 14:00~16:00	要事前予約 定員6名 筆記用具
24日	こころの相談	仕事や就職活動、家庭で悩みを抱えて気持ちが落ち着かないことはありませんか?臨床心理士が面談を通じて「こころの元気」をつくるサポートを行います。 ※今回は定員に達しました。次回は2月28日(月)です	ひろサボ 13:30~16:00	定員2名
25日	おしごと体験	ひろサボから利用者の皆さんに向けたお便りを発送する準備やWordの文章入力作業などを行います。軽作業などをお試しいたの方にオススメです。	ヒロ口3F 多世代交流室D 11:00~12:00	要事前予約 定員3名
26日	五所川原出張相談	※キャリアコンサルタントが、出張相談いたします。弘前まで通うのが困難な方がいらっしゃれば、是非ご予約をお待ちしております。	五所川原市民 学習情報センター 13:00~17:00	要事前予約 定員4名 第1教室
27日	黒石出張相談	※キャリアコンサルタントが、出張相談いたします。弘前まで通うのが困難な方がいらっしゃれば、是非ご予約をお待ちしております。	ハローワーク黒石 13:00~17:00	要事前予約 定員4名
28日	ニックと学ぶ 男の身だしなみ編	大好評「ニックと学ぶ」シリーズ! ヘアケア・エチケットケア、スーツの着こなしなど、第一印象で損をしないためのポイントをお伝えします。※男性限定	ヒロ口3F 多世代交流室A 13:00~14:00	定員:4名
31日	「眠れない」に困っている人、集まれ!	「なかなか寝付けられない」「睡眠時間が乱れて生活リズムが整わない」で困っている方に向けて、眠れるための色々な工夫をお伝えします。お気軽にご参加ください!	ヒロ口3F 多世代交流室C 13:00~14:00	定員6名程度

※キャリアコンサルタントは…就職を希望する方に対して、適性、能力、経験などに応じて職業生活を設計し、効果的な仕事選びやスキルアップができるようにさまざまな相談支援をします。

### 開所日会場

株式会社I・M・S  
(弘前市土手町134-8)

駐車場は各自で確保をお願いいたします。



Sott Sottの居場所「たんぼぼ」  
1/11(火) 千年学館  
弘前市小栗山川合117  
<https://twitter.com/SottSott1>

