

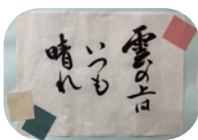


生きがい亭落語サロン 今月は練習日です!



日時：2月2日(日) 13:00~
 場所：姫路市市民会館 7階
 担当：河本 栄味子 氏

筆サロン



日時：2月10日(月) 10:00~
 場所：コムサロン21ルーム
 参加費：1,000円
 担当：北野 華織 氏

ビギナーズゴルフサロン



日時：2月15日(土) 18:00~
 場所：青山ゴルフ倶楽部第2練習場
 指導料：2,000円 貸ボール代別途
 担当：前川 育子 氏

人間塾 今月の講師は塾生 川崎太郎氏です!



日時：2月18日(火) 19:00~
 場所：コムサロン21ルーム
 月会費：500円
 担当：前川 裕司 氏

絵本セラピー®サロン 大人の心を癒す絵本セラピー



日時：2月19日(水) 14:30~
 場所：コムサロン21ルーム
 参加費：1,500円
 講師：安田 兼三 氏

姫路ユニバーサルツーリズム会議



日時：2月20日(木) 10:30~
 場所：コムサロン21ルーム
 担当：前川 裕司 氏

ポスチャーウォーキング®



日時：2月20日(木) 18:15~
 場所：イーグレひめじ3F
 参加費：1,200円
 講師：米村 ひとみ 氏

がんメディカルサロン「はまなす」



同じ経験を持つ人々と話をしませんか?
 日時：2月21日(金) 14:00~
 場所：コムサロン21ルーム
 参加費：300円
 担当：太田 直美 氏



着付けサロン



日時：2月21日(金) 18:30~
 場所：コムサロン21ルーム
 講師：(有)三喜屋 菊池 ひとみ 氏
 参加費：1,500円 担当：前川育子氏

亀山御坊楽市楽座 第265回 出店者募集中!



日時：2月23日(日) 8:00頃~
 場所：亀山御坊本徳寺境内
 主体：亀山自治会

姫路おでん場食談議



日時：2月25日(火) 18:30~
 場所：播州うまいもん処
 参加費：実費
 担当：前川 裕司 氏

災害ボランティア支援研究会



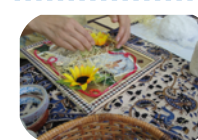
日時：2月26日(水)
 16:00~17:00
 場所：コムサロン21ルーム
 担当：高橋 守雄 氏

パソコンクラブ



日時：2月26日(水) 18:00~
 場所：コムサロン21ルーム
 会費：1,500円
 講師：武内 美佳 氏

アート表現心理学サロン (アートセラピーサロン)



日時：2月28日(金)19:00~
 場所：花の北市民広場
 会費：2,000円(要予約)
 講師：うの はつみ 氏

2月の開催日程は未定です。

- ・あかりの街ひめじ
- ・かぶらっく(基本偶数月開催)
- ・播州弁研究会

2月はお休みです。

- ・シニアフェルト手芸グループ
- ・播磨地域活動NPOネットワーク交流会(基本奇数月開催)
- ・センスアップサロン(基本偶数月開催)



働く前の相談所
ひめじ若者サポートステーション情報

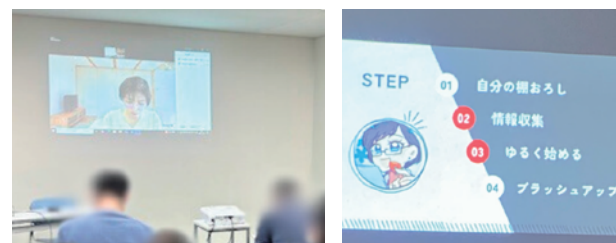
サポステとは?

一定期間無業の状態にある若者(15才~49才)の職業的自立の支援をします。若者や保護者の方に対する相談や、セミナー・職業体験のプログラムを提供しています。キャリアコンサルタント・臨床心理士などの専門家が相談にのります!

TEL 079-222-9151 開所時間:10:00~17:00
 住所 〒670-0923 姫路市呉服町48 大手前通りハトヤ第一ビル6F
 H P https://www.himeji-wakasapo.com



「働いて何ですか」元公務員ナースのWEBデザイナー



12月17日のセミナー「働いてなんですか」では、元公務員ナースでWEBデザイナーのまめなす様に、看護師として働いていた時のことや、WEBデザイナーになった経緯などをオンラインでお話いただきました。

以下、参加された方の感想の抜粋です。「看護師としてのコロナ禍の体験談や、新しいことを始めようと思ったきっかけなど、大変興味深いお話をうかがうことができた。」

「まめなすさんはとても行動力があり、自分も少しずついいので動いてみようと思いました。」

ひめじサポステ卒業生に聞く 社会人に聞こう



12月26日の「ひめじサポステ卒業生に聞く 社会人に聞こう」では、中学校で不登校支援員のお仕事をされているひめじサポステ卒業生の方にお話を伺いました。

以下、参加された方の感想の抜粋です。「就職するまでも、就職してからも、悩みながら一歩一歩目の前のことをクリアして進んでいる姿が想像出来て、とても励みになりました。」

「サポステに来ている最中に自分のやりたいことが定まってきたということをお聞きして、焦る必要はないということがわかった。」

コミュニケーション講座(ジョブ・スキル・トレーニング 場面に応じた挨拶)

12月13日のコミュニケーション講座では、JST「場面に応じた挨拶」を実施しました。JST(ジョブ・スキル・トレーニング)とは、「正しい挨拶って何だろう?」「上司にどう相談して良いかわからない!」「休みを取りたい時どう連絡すればいいの…」等の職場でのコミュニケーションの悩みを、意見交換やロールプレイを通して解決していくトレーニングです。今回は、職場での挨拶にはどんな効果があるのか、挨拶のタイミングなどについて皆で考え、実際に練習しました。



姫路市ひきこもり支援推進事業

ぷちたぷち情報

ぷちたぷちとは? 外出のしづらい方が自由に過ごせるための居場所です。

◆まちのぷちたぷち TEL 079-240-6299 場所:大手前通りハトヤ第一ビル5F(姫路市呉服町48)
 開所日時:毎週月・水曜日 10:00~15:00 第1・3土曜日 10:00~15:00

12月11日は、講師の方々にお越しいただき、パステルアートでランタンづくりをしました。参加者の皆さんは見本をアレンジしながら、思い思いに作品を作られていました。作品にライトを灯した様子はとても幻想的で綺麗でした。

23日はクリスマス会をしました。テーブルコーディネートを教えてください、飾りつけたテーブルで、作ったホットケーキやミルクレープを食べました。とてもおいしかったです。

