

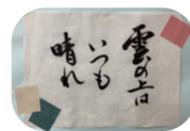


お城のそうじ 第403回



日時：4月13日(日) 7:00~
場所：姫路城三の丸広場
担当：有元 純氏

筆サロン



日時：4月14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

人間塾



日時：4月15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：4月16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：4月17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：4月17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：4月18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：4月18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



ビギナーズゴルフサロン



日時：4月19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

あかりの街ひめじ



日時：4月23日(水) 16:00~
場所：コムサロン21ルーム
担当：前川 裕司氏

アート表現心理学サロン(アートセラピーサロン)



日時：4月25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

亀山御坊楽市楽座 第267回



亀山御坊本徳寺の境内で
亀山自治会が主体となり
毎月第4日曜日に開催して
います！
出店者募集中！
楽市楽座スタッフ募集中！

日時：4月27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：4月28日(月) 18:30~
場所：未定
参加費：実費
担当：前川 裕司氏

4月の開催日程は未定です。

- ・播州弁研究会
- ・生きがい亭落語サロン



4月はお休みです。

- ・シニアフェルト手芸グループ
- ・パソコンクラブ
- ・かぶらっく(基本偶数月開催)
- ・センスアップサロン(基本偶数月開催)



はたらく前の相談所
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
HP https://www.himeji-wakasapo.com



好きな色から自分発見!カラーカードで自己肯定感UP



2月20日、自立就職支援セミナー「好きな色から自分発見!カラーカードで自己肯定感UP」を開催いたしました。
色彩心理学を応用して開発された「カラーカード」を使って好きな色から自分の特性やコミュニケーションパターンを自己分析し、自分に合った自己肯定感の高め方を学びました。
以下、参加された方の感想の抜粋です。
「自分の好きな色から、性格・役割・今後のことなど、とても参考になることが多かったです。」
「楽しい雰囲気の中で分かりやすく話しかけていただけ参加して良かったです。」

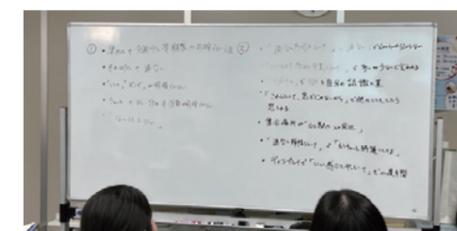
兵庫県立森林大学校様 説明会



3月3日、兵庫県立森林大学校様にお越しいただき、森林にかかわる仕事とはどんな仕事なのか、森林大学校ではどんなことが学べるのか等、詳しくご説明いただきました。
卒業生の活躍されている様子等の動画も交えて詳しくお話しいただきました。
以下、参加された方の感想の抜粋です。
「森林大学校が普段どういう事をされていて、どういった進路があるのかを知ることが出来て良かったです。」
「貴重なお話が聞けてとても参考になりました。」

コミュニケーション講座「ジョブスキルトレーニング 曖昧な指示に対する質問」

2月7日のコミュニケーション講座では、職場で曖昧な指示を受けた時、どんな風に質問したらよいか?について学び、グループワークで考えました。
以下、参加された方の感想の抜粋です。
「自分が今まさに苦戦していることが今回のセミナーのことで、思い返してみると曖昧なことを言っていたな~とか、曖昧なことを言われて困ったなということがあり、これからは言語化しながらうまく言えるように頑張りたいです。」
「自分が気付かない点に気付く方がおられて参考になった。質問の方法がとても参考になった。」



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

2月3日は、節分の豆まきをしました。豆まきは毎年行っており、今年で4回目になります。毎年、何色のおにがやってくるか楽しみにしています。
26日は、たこ焼きづくりをしました。ウインナー、ちくわ、チーズ、シーチキンなどの具材も入れて、いろいろな味を楽しみました。「意外とシーチキンが合う!」というお声が多かったです。次は、お好み焼きづくりにチャレンジする予定です。

