

なごや若者サポートステーション 2026年7月スケジュール表

日	月	火	水	木	金	土
			1 タイピングCLUB&PC自習 M1 10:30~12:00	2 自己理解と相互理解(スポット参加OK) 活2 10:00~12:00 自分の気持ちを文章にしてみよう ~志望動機を作る前に~ M1 13:00~15:00	3	4 Word復習 M1 13:00~15:00 Excel復習 M1 15:00~17:30 オンライン職業人講話 (個別視聴のみ)14:00~15:00
5 お休み	6 お休み	7 Word実践 M1 13:00~17:00	8 子ども食堂1日体験 砂田橋駅 16:00~18:00	9 グループで意見を合わせる 活2 10:00~12:00 VRぷち職場体験~スーパー編~ M1 13:00~15:00	10 応募準備① ブランクの捉え方 活2 10:00~12:00 就活自習タイム M2 13:30~15:00	11 Excel実践 M1 13:00~17:00
12 お休み	13 お休み	14	15 タイピングCLUB&PC自習 M1 10:30~12:00 サンビジョン駄菓子屋1日体験 砂田橋駅 15:00~18:00	16 実践!作業の分担と協力 活2 10:00~12:00 ゲームコミュニケーション M1 13:00~15:00	17 仕事理解① 求められる人材について 考えよう~業界・職種編~ 活2 10:00~12:00	18
19 お休み	20 お休み 海の日	21 サイバーセキュリティ基礎編 (オンライン)13:00~17:00 PowerPoint実践&ステップアップ M1 13:00~17:00	22 マインドフルネス 活2 13:30~15:00 オンライン説明会 14:00~15:00	23 職場での距離感と関係づくり 活2 10:00~12:00 ジョブチャレ~ブックオフ編~ 活2 13:30~16:00	24 仕事理解② 求められる人材について 考えよう~企業編~ 活2 10:00~12:00	25 Excel活用 M1 13:00~17:00
26 お休み	27 お休み	28 Wordステップアップ M1 13:00~16:00	29	30 振り返りと応援メッセージ 活2 10:00~12:00	31 舞台の裏側をのぞいてみよう 北文化小劇場 9:45~12:00 応募準備② 面接のよくある質問に答える面接練習 活2 10:00~12:00 職業人講話 活2 13:30~15:00	

マークの見方

- コミュニケーション プチお仕事体験
- 手作業系サークル 運動・エクササイズ系
- PC系講座 ボランティア
- 就職活動サークル 知識・教養系講座
- 説明会サークル 【合同】サポCAN合同プログラム

※ 各プログラムの参加をご希望の場合はご相談下さい。なお、プログラムは予告なく変更することがあります。ご了承下さい。

- ◆個別面談：火～土 10:00~12:00、13:00~18:00
- ◆なごサポナイト：第2・第4金曜日 18:00~21:00
- ※予約制各50分です。

- ◆出張相談
(豊明市)：第2水曜日 豊明市役所本館1階 相談室A
(北名古屋市)：第3水曜日 コミュニティセンター3階 会議室1
(長久手市)：奇数月 第3木曜日 長久手市役所内

2026年7月の講座の説明表

日付	講座名	講座の内容
07/01(水)・07/15(水)	タイピングCLUB & PC自習	タイピング練習したり、WordやExcelの自習したり、MOSの勉強したり。自分の希望の勉強を自分のペースで進めましょう。
07/02(木)	【コミュ】自己理解と相互理解(スポット参加OK)	好きなもの、大切にしているもの、こだわりなどを書き出して共有するワークをします。書く、話すことを通じて自分と他者への理解を深める時間です。
07/02(木)	自分の気持ちを文章にしてみよう～志望動機を作る前に～	志望動機以前に、なかなか自分の気持ちや考えを言葉にすることが苦手...。気持ちを深掘りするワークにトライします。※他の支援機関の利用者さんが参加する可能性があります。
07/03(金)	【就活】職場体験見学プチツアー(スポット参加OK)	職場体験へ行くにはまだ自信がないという方、必見！まずは見学&お話を聞くところから。行先は▶【太陽電化工業】
07/04(土)	職業人講話(とよのサポステからオンライン中継)※個別視聴のみ	とよのサポステ(大阪)で開催される職業人講話をオンライン視聴します。今回は「ジムインストラクター」をされているサポステ利用者さんからお話を伺います。接客業、対人業務に関心のある方にもおすすめ。今回はご自宅等からの個別視聴のみです。詳細はチラシをご確認ください。
07/08(水)	子ども食堂1日体験	名城線砂田橋駅の近くで実施している子ども食堂の配膳などをお手伝いします。スタッフも同行してフォローします。
07/09(木)	【コミュ】グループで意見を合わせる	あるテーマについて、グループ全員で意思決定をするワークをします。お互いの価値観を認めながら、全員が納得して答えを出すにはどうすればいいでしょうか？
07/09(木)	VRぶち職場体験～スーパー編等～	動画を見ながら、ぶち職場体験をしてみよう
07/10(金)	【就活】ブランクの捉え方	採用面接で訊かれたくない、無業期間(ブランク)や前職の退職理由...。採用面接に向けて、自身のブランクとの向き合い方について考えてみましょう。
07/10(金)	就活自習タイム	求人情報の収集、応募書類の作成など就職活動を進めよう。困ったときはスタッフがサポートします。PC貸出OK、データを持ち帰りたい方はUSBメモリを持参してください。
07/15(水)	サンビジョン駄菓子屋1日体験	名城線砂田橋駅の近くで月に一度実施している特設駄菓子屋さん。会計、袋詰め、くじ引きなどします。スタッフも同行してフォローします。
07/16(木)	【コミュ】実践！作業の分担と協力	ゲーム感覚で作業の分担と協力を実践しよう。コミュニケーションは必須。自分がどうかかわるか、机上では見えないことが見えてくるかも。
07/16(木)	ゲームコミュニケーション	ゲームはルールを知らなくても大丈夫。教えたり、わからないことを聞くことも、そして笑うことも泣き言をいうのもコミュニケーション！アナログゲームを介した実践コミュニケーションの場。気負わず、楽しむことが第一！
07/17(金)	【就活】仕事理解①求められる人材について考えよう～業界・職種編～	業界や職種によって、求められる人材が異なります。人気業界・職種の求められる人材について考えてみましょう。
07/21(火)	サイバーセキュリティ基礎編 オンライン-zoom-	ITの仕事で大切にされている「個人情報・企業秘密」の守り方などをわかりやすく知ることができます。
07/22(水)	マインドフルネス	マインドフルネスとは「今、この瞬間だけに意識を集中させている状態」のこと。ストレスと上手につきあう方法として、世界中で人気の「マインドフルネス」を体験してみませんか？※当日体調が優れない場合は、スタッフにご相談ください。
07/22(水)	オンライン説明会	なごサポの利用を迷っている方向けのオンライン説明会です。支援内容、サークルの様子などお伝えします。申し込みはWebサイト問い合わせフォームから「オンライン説明会参加希望」と送信してください。
07/23(木)	【コミュ】職場での関係づくりと距離感	職場での「居心地のよい関係」のために適切な距離感とは？気持ちよく仕事を続けていくためのコツを知り、まずは日常に取り入れていきましょう。
07/23(木)	ジョブチャレ～ブックオフ編～	今回は、特別にブックオフコーポレーション様にお越し頂き、お仕事紹介や企業説明をして頂きます。また、実際にお仕事で使われている資料をお持ち頂き、体験もできます(詳細はチラシをご覧ください。終了時刻は前後する可能性があります)。
07/24(金)	【就活】仕事理解②求められる人材について考えよう～企業編～	同じ職種でも企業によって、求められる人材が異なります。職場体験先の企業を例に挙げ、求められる人材について考えてみましょう。
07/30(木)	【コミュ】振り返りと応援メッセージ	設定した目標は達成できたかな？この2カ月間の自分の変化を見つめよう。他の参加メンバーからメッセージをもらうことで、人との距離はぐっと近くなる！
07/31(金)	【就活】面接のよくある質問に答える面接練習	面接でよく聞かれる「退職理由」や「ブランク」、「長所や短所」の答え方を練習します。よくある質問に備え、自分の言葉で話す力を身につけましょう。事前に練習で少しでも話せるように考えてください。
07/31(金)	舞台の裏側をのぞいてみよう 北文化小劇場	舞台上で使われる「所作台」を、豆乳を使って磨く体験です。普段はなかなか見ることのできない劇場の仕事に触れることができます。なごサポ職員も引率します。
07/31(金)	職業人講話	今回は職場体験協力事業所でもある、動画制作会社ムービレッジの矢野様をお招きします。会社員、仲間との独立などを経験がされてきた矢野さん。現在の仕事内容だけでなく、働くうえでの価値観のこと、経験がどう現在に活かしているかなどについてお話しをいただく予定です。詳細はチラシをご確認ください。