

# なごや若者サポートステーション 2026年9月スケジュール表

| 日         | 月                 | 火                                                                                  | 水                                                                                                                              | 木                                                                                                              | 金                                                                                                             | 土                                                                |
|-----------|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|
|           |                   | 1<br>Wordステップアップ<br>M1 13:00～16:00                                                 | 2<br>🖨️ タイピングCLUB & PC自習<br>M1 10:30～12:00                                                                                     | 3<br>👥 指示受けとメモの取り方<br>M1 10:00～12:00<br>👤 職業適性検査と活かし方<br>M1 13:00～15:00<br>🌱【合同】印象UP！立ち居振る舞い<br>活1 13:30～15:00 | 4<br>👤 仕事理解③<br>ゲームで社会人体験をしてみよう<br>M1 10:00～12:00                                                             | 5<br>🖨️ Excelステップアップ<br>M1 13:00～17:00<br>👥 ゆるつな会<br>13:30～16:00 |
| 6<br>お休み  | 7<br>お休み          | 8<br>Word実践 M1 13:00～17:00                                                         | 9<br>💖 子ども食堂1日体験<br>砂田橋駅 16:00～18:00                                                                                           | 10<br>👥 実践編：<br>指示と実行とコミュニケーション①<br>M1 10:00～12:00                                                             | 11<br>👤 応募準備①<br>はじめてでも安心！自己PRの作り方<br>活2 10:00～12:00<br>👤【合同】ジョブチャレ<br>～スーパー編～<br>M2 13:00～15:00              | 12<br>🖨️ PowerPoint実践&ステップアップ<br>M1 13:00～17:00                  |
| 13<br>お休み | 14<br>お休み         | 15<br>🌟【合同】ヘアメイク個別相談<br>&証明写真撮影<br>ブレイルーム 10:00～15:00<br>🖨️ Excel実践 M1 13:00～17:00 | 16<br>🖨️ タイピングCLUB & PC自習<br>M1 10:30～12:00<br>💖 イベントスタッフ補助の1日体験<br>北文化小劇場 12:15～15:30<br>💖 サンピジョン駄菓子屋1日体験<br>砂田橋駅 15:00～18:00 | 17<br>👥 実践編：<br>指示と実行とコミュニケーション②<br>活2 10:00～12:00<br>👥 ゲームコミュニケーション<br>M1 13:00～15:00                         | 18<br>👤 応募準備②<br>身だしなみと敬語を押さえよう<br>(スーツまたはオフィスカジュアルで参加)<br>活4 10:00～12:00<br>👤 オンライン職業人講話<br>活3-2 13:30～15:00 | 19                                                               |
| 20<br>お休み | 21<br>お休み<br>敬老の日 | 22<br>お休み<br>国民の休日                                                                 | 23<br>お休み<br>秋分の日                                                                                                              | 24<br>👥 振り返りと応援メッセージ<br>活2 10:00～12:00<br>👤【合同】WORKFIT①<br>活4 10:00～16:30                                      | 25<br>👤 やってみるから身につく！面接練習<br>(スーツまたはオフィスカジュアルで参加)<br>活4 10:00～12:00                                            | 26<br>👤【合同】WORKFIT②<br>M1 10:00～16:30                            |
| 27<br>お休み | 28<br>お休み         | 29<br>👤【合同】WORKFIT③<br>活4 10:00～16:30                                              | 30<br>👤 オンライン説明会(今月は第5水曜)<br>14:00～15:00                                                                                       |                                                                                                                |                                                                                                               |                                                                  |

## 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】サボ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  
 ◆なごサボナイト：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9月の講座の説明表

| 日付                         | 講座名                                           | 講座の内容                                                                                                  |
|----------------------------|-----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 09/02(水)・09/16(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。                                          |
| 09/03(木)                   | 【コミュ】指示受けとメモの取り方                              | ワークを通じて、指示の受け方やメモの取り方を学びます。ポイントを押さえて、実際に指示を受けたり、メモを取る実践的なワークです。                                        |
| 09/03(木)                   | 職業適性検査と活かし方                                   | 簡易的な職業興味検査(RIASEC)を実施するとともに、そうした適性検査を仕事選びにどのように活かしていくかを考えます。※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。                |
| 09/03(木)                   | 【合同】印象UP！ 立ち居振る舞い                             | 気づいていますか？姿勢や立ち居振る舞いから内面が想像されるということ。中心に普段の生活にも就活にも生かせる体の使い方、見直してみましょう。歩き方徹底指導！※上履き持参                    |
| 09/04(金)                   | 【就活】働き始めたら...？ゲームで社会人体験をしてみよう(スポット参加OK)       | 社会に出た後のことをゲームでシュミレーションします。楽しみながら社会人について考えてみよう。                                                         |
| 09/05(土)                   | ゆるつな会                                         | 卒業生同士で集まる会です。今回は2部構成。前半はなごサポで雑談会、後半は北区役所に移動して「地域にあるといいと思う場所」についてざっくばらんに話をする予定です。                       |
| 09/09(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。                                                  |
| 09/10(木)・09/17(木)          | 【コミュ】実践編：指示と実行とコミュニケーション                      | 職場で指示を受けてみんなで協力して動く、そんな場面を想定したワークを予定しています。コミュニケーションの経験値を上げる実践編です。10日と17日を2週続けて参加するとさらに効果的！             |
| 09/11(金)                   | 【就活】はじめてでも安心！自己PRの作り方セミナー                     | 自己分析から文章作成まで、一つひとつ丁寧に進めます。ワークを通して自分の強みを見つけ、その場で自己PRを作成します。                                             |
| 09/11(金)                   | 【合同】ジョブチャレ～スーパー編～                             | スーパーやドラッグストアの仕事って品出しだけでなく、レジでの応対も必要な求人って多いですね。試しに、本物のレジスターに触れてみましょう。                                   |
| 09/15(火)                   | 【合同】ヘアメイク個別相談&証明写真撮影                          | プロの美容師さんの個別対応。ヘアカット、スタイリング、眉カット、メイクなど希望を聞かせてください。整えた後は証明写真を撮ります。これで就活準備OK！                             |
| 09/16(水)                   | イベントスタッフ補助の1日体験                               | 北文化小劇場で開催されるイベントスタッフの補助体験です。トイレや会場の案内をお願いします。大きい声でなくてもよいですし、なごサポ職員も引率します。                              |
| 09/16(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。                                       |
| 09/17(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！ |
| 09/18(金)                   | 【就活】応募するなら～身だしなみと敬語を押さえよう                     | 敬語も身だしなみも日頃から意識していくことが大事です。改めて、しっかりとポイントを押さえて面接や企業訪問もバッチリと！！                                           |
| 09/18(金)                   | 職業人講話<br>(北京都サポステからオンライン中継)                   | 北京都サポステで開催される職業人講話をオンライン視聴します。今回は製造業の派遣・請負をされている企業様のお話を伺います。詳細はチラシをご確認ください。                            |
| 09/24(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！                                |
| 09/24(木)・09/26(土)・09/29(火) | 【合同】WORKFIT 4days<br>(9/24, 26, 29, 10/1 4日間) | リクルート社が開発した若者を対象とした就職応援プログラムです。応募のハードルを下げるために仲間の力を借りて就活の基本からコツを学んでいきます。                                |
| 09/25(金)                   | 【就活】やってみるから身につく！面接練習                          | 実践中心の面接対策です。立ち居振る舞いや自己PR、模擬面接を繰り返し行い、自分の強みや改善点を確認します。自己PRが言えるように作成をしてきてください。                           |
| 09/30(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。        |