

2月号

# サポステレターHOPE

平成30年2月  
第112号



みんなも豆をまいてみよう！  
♪サポステの豆まき会♪

2月2日(金) 10:00～  
サポステで豆まき会を開きます！  
思いっきりスタッフ鬼に豆を投げつけてみよう！  
顔には投げつけちゃだめだよ。(笑)  
ぜひ、みなさんの参加をおまちしております！！

今月2月3日は節分です。

節分という言葉は、「季節を分ける」という意味が含まれています。

言い換えると、「季節の変わり目」という意味になります。

節分は、季節の変わり目毎にあるのですが、季節の分かれ目とは、立春、立夏、立秋、立冬の事です。

それぞれその前日が節分と呼ばれているのですが、季節は「春夏秋冬」と書くように、

一年の始まりは「春」になります。その春の始まりが、立春です。立春の前日、

2月3日が節分として、メジャーになったのです。

(一年の最初、お正月に送る年賀状にも「新春」や「迎春」と書きますよね。。。)

一年のうち、もっとも大事なのが「春」だというのは分かったと思います。

その「春」が始まる前日、新しい一年が始まる前日に、

「これから始まる、新しい一年が、不幸や災いが無い一年になりますように」

との願いを込めて、一年に一度、節分をこの時期に行うとされてい

## ●ちなみに・・・なぜ豆まきをするのか？●

「鬼=魔」「魔(ま)を滅(め)つする」という言葉から、

その年が無病息災で過ごせるようにと、

豆をまくようになりました。ちなみに生の豆は芽が

出てきてしまい、「魔」から芽が

出てくるとのことで、大変、縁起が悪いとされます。



1名からOK！パソコン講座開催 参加希望はスタッフまで！！  
パソコン入門 → ワード → エクセル → パワーポイント の各コースです！



日本マイクロソフト株式会社 × 若者サポートステーション

若者UPプロジェクトは、日本マイクロソフト株式会社と、ながの若者サポートステーションが協働で実施する、ITを活用した若者就労支援プロジェクトです。さまざまな理由からITを学ぶ機会がなかった、またはITスキルを身につけて、就労への選択肢と機会を広げたい、そんな方たちをマイクロソフト社とながのサポステがサポートします。

発行元：ながの若者サポートステーション 住所：〒380-0835長野市南長野新田町1482-2ロン都新田町ビル1F

TEL:026-213-6051 FAX:026-213-6052

「ながの若者サポートステーション」は厚生労働省の認定事業です。無業状態の若者へ職業的自立をサポートする相談機関です。

●駐車場は台数に限りがあるため、公共交通機関をご利用いただくか、コインパーキングをご利用ください。よろしくお願いします。



# 2月のイベントスケジュール



月	火	水	木	金
			1 パステルアート 10:30～ B	2 豆まき会 10:00～
5 地図を作ろう 13:00～ C	6	7 就活セミナー① 13:30～ A	8 パステルアート 解放日	9
12	13 <b>午後閉館</b> <b>12:00-18:00</b>	14 就活セミナー② 13:30～ A	15 パステルアート 解放日	16 コミュニケーション 13:00～ D
19 リラックスしよう 13:00～ E	20 一般常識を知ろう 13:00～ F	21 就活セミナー③ 13:30～ A	22 パステルアート 解放日	23
26 絵本読み聞かせ 13:00 G	27	28 <b>午前閉館</b> <b>10:00-13:30</b> 就活セミナー④ 13:30～ A	13日・28日は閉館している時間 があります。 パステルアート解放日は自由に パステルアートが出来ます！	

	イベント名	内容
A	就活セミナー 全4回 ①～④	全4回で就職活動に必要な知識を学び、対策もできます。(①自己理解、②求人理解、③応募書類、④面接)
B	パステルアート で表現力を学ぼう	絵が描くのが苦手な人も、パステルの粉をティッシュなどに付けて、絵をかくので簡単に描けます！
C	地図を作ろう！	自分の持っている情報を出し合いながら、ゲーム感覚で地図をつくっていくコミュニケーション講座です。
D	コミュニケーション セミナー	SST(ソーシャルスキルトレーニング)と自律訓練法でコミュニケーションとリラックス法を学びます。
E	リラックス しよう！	お香や心安らぐ音楽を使って、心を落ち着かせてみんなですっきりしていきましょう。
F	一般常識を知ろう (ビジネスマナー)	こんな時どう“受け答え”をしたら良い？どんな言葉を使う？迷うことあるよね。そんな疑問を1つ1つ解決します。2月は「目上の方への挨拶」です。
G	絵本で学ぶ 自己理解	絵本の読み聞かせを通して、自分を深めたり、自分の人生について考えます。自己表現力も学べます。