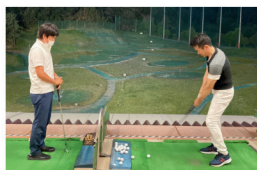


和のエンタメ座



日時:5月7日(木)13:00~
場所:コムサロン21ルーム
参加費:500円
担当:村上 昭人 氏

ビギナーズゴルフサロン



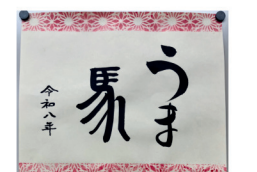
日時:5月9日(土)17:20~
場所:青山ゴルフクラブ第2練習場
参加費:2,000円
+貸ボール代別途
担当:前川 育子 氏

お城のそうじ 第416回



日時:5月10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:5月11日(月)10:00~
場所:姫路市内
参加費:1,000円
担当:北野 華織 氏

シニアフェルト手芸グループ



日時:5月13日・27日
(各水曜日) 10:00~
場所:姫路市市民会館 7階
参加費:1,000円+材料費
担当:中山 賀詔 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:5月15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:5月15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

人間塾



日時:5月19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:5月20日(水)14:30~
場所:コムサロン21ルーム
参加費:1,500円
担当:安田 兼三 氏

パソコンクラブ



日時:5月20日(水)18:00~
場所:コムサロン21ルーム
参加費:1,500円
担当:武内 美佳 氏

播州弁研究会



日時:5月21日(木)18:30~
場所:コムサロン21ルーム
担当:前川 裕司 氏

亀山御坊楽市楽座 第280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:5月24日(日)8:00~
場所:亀山御坊本徳寺境内
運営:亀山御坊楽市楽座実行委員会

姫路おでん場食談議



日時:5月25日(月)18:30~
場所:未定
参加費:実費
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:5月29日(金)19:00~
場所:花の北市民広場
参加費:2,000円(要予約)
担当:うの はつみ 氏

姫路ユニバーサルツーリズム会議 5月はお休みです



*今年度より、偶数月開催となります。

次回 日時:6月18日(木)13:30~
場所:コムサロン21ルーム
担当:前川 裕司 氏

5月の開催日程は未定です。

- ・あかりの街ひめじ
- ・生きがい亭落語サロン

諸般の事情により急遽中止や日程変更になることもございますので、参加予定の方は事務局までお問合せ下さい。

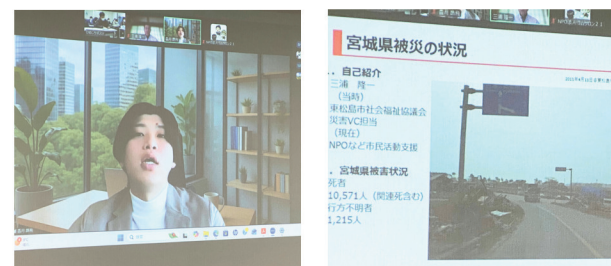
サポステとは？

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4-8 大手前通りハトヤ第一ビル6F
HP https://www.himeji-wakasapo.com



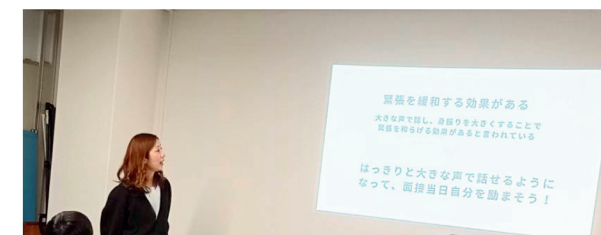
3.11から考える 生きること・働くこと



3月5日(木)、講座「3.11から考える 生きること・働くこと」を開催いたしました。講師に香月昂飛様、ファシリテーターに三浦隆一様をオンラインにてお迎えし、3.11当時の状況や被災時の経験、その後の歩みについて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。
「震災の事や当たり前にある日常を改めて見つめ直して、自分の生き方の足しになればいいと思った。登壇されたお二人のお話は大変タメになった。」
「働く事=お金を稼ぐ事だけではなく、『人と人が支え合う』事を忘れてはいけないと言う事を学んだ。」

面接で自信が持てる声の出し方講座



3月9日(月)、16日(月)、23日(月)の全3回にわたり、「面接で自信が持てる声の出し方講座」を実施しました。講師には Vocal Lesson UP 代表の清水若菜様をお迎えしました。

第1回では呼吸の整え方、第2回では声量アップの方法、第3回では滑舌や表情を好印象に見せるためのポイントを学び、実践的に練習しました。

以下、参加された方の感想の抜粋です。
「発声のメカニズムと今の自分の呼吸などの状態を知る事ができ、参考になりました。セミナー中のトレーニングも即効性を感じたので、少し試してみようと思いました。」

面接の練習をしてみよう

3月17日(火)、「面接の練習をしてみよう」を開催いたしました。以下、参加した方の感想です。
「面接に必要な基本動作やマナーを学び、模擬面接ロールプレイを通して自己PRを伝える練習がとても参考になりました。」
「今回のセミナーでは面接官役の質問にも応じさせていただき、相方の気持ちを少しでも分かる気がしました。また、聞く事の大切さを改めて知りました。」



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4-8)
開所日時:毎週月・水曜日 10:00~15:00

3月18日はお抹茶体験を行いました。前川育子さんからお抹茶の点て方や飲み方を教わり、点ててもらったお抹茶を楽しまれる方や、ご自身で点てることに挑戦される方もいらっしゃいました。

抹茶のやさしい香りに包まれながら、ほっと心が和むひとときとなりました。

