

筑後サポステ予定表 1月



お問い合わせ：0942-30-0087

運営：特定非営利活動法人 JACFA

厚生労働省・福岡県の委託事業です

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
☆サポステ塾とは… 久留米本所とサテライト大牟田でやっている、 就労に向けたコミュニケーションなどのセミナーです。			年始休所	年始休所	年始休所	●大牟田相談
5	6	7	8	9	10	11
					●久留米サポステ塾（安川） 「求められる5つの基本」 ●八女出張相談	●大牟田相談・交流会 ★ステップアップセミナー
12	13	14	15	16	17	18
	成人の日	●柳川出張相談			●久留米サポステ塾（梅崎） 「認知行動療法」 ●朝倉出張相談	●大牟田相談
19	20	21	22	23	24	25
		●大川出張相談	●ボランティア★出前講座 「学ぼう！身近な久留米の環境」 @篠山コミセン		●久留米サポステ塾（安川） 「労働法Ⅰ」	●大牟田相談・サポステ塾
26	27	28	29	30	31	
		●柳川出張相談	●月例交流会 「新年 書初め会」 14:15～15:45		●久留米サポステ塾（梅崎） 「認知行動療法」	

サテライト大牟田

■大牟田交流会

日時■1月11日 14:15～15:45
場所■サテライト大牟田

■大牟田サポステ塾

日時■1月25日 14:15～15:45
場所■サテライト大牟田

要予約

- ・サポステ塾
- ・ボランティア
- ・交流会

久留米 交流会・ボランティア・サポステ塾

■久留米サポステ塾

毎週金曜日 14:15～15:45 @篠山コミセン

■フリースペース交流会

久留米サポステ塾終了後
(15:45～16:30)に、交流会を開催します。

おしゃべりしたり、
ゲームなどを楽しんだりする予定です。

■久留米月例交流会

「新年 書初め会」

日時■1月29日 14:15～15:00

場所■篠山コミセン

＜持ってくる物＞ 習字道具(なくてもOK!)

＜服装＞ 汚れてもいい服

年の初めに今年の抱負や目標をワイワイ楽しく書初めしよう!

自由に思いっきり自分を表現してください!

■久留米ボランティア活動

「学ぼう！身近な久留米の環境」

日時■1月22日 14:00～15:00

場所■篠山コミセン

久留米市の出前講座です。

環境に関する意識を高めて

今後のボランティア活動に活かそう!



お仕事頑張っている方対象!

★★★ステップアップセミナー★★★

日時■1月11日(土)13:30～16:30

場所■久留米市役所3F 306会議室

前半13:30～15:00

内容「ストレスと上手につきあおう」

講師 下西 由紀子氏(こはstudio代表)

後半15:15～16:30

OB・OG会

★ゆっくりお話ししてストレス解消しましょう!