

令和6年度 第3回 就労準備講座のご案内

松江市暮らし相談支援センターでは、就労を目指す方々を対象に「就労準備講座」を開催しています。働きたいけれど就労に向けて何となく不安な気持ちのある方、仕事にブランクのある方など、仕事探しに向けて一緒に学んでみませんか？講座で学んだことをもとにお仕事体験をしてみたい方、気になる職業がある方は職場体験を企画しています。**参加は無料**です！皆さんの参加をお待ちしています！！

こんな方はぜひご参加ください♪♪（1日だけの参加でもOKです）

- 働いた経験が少なく、なんとなく不安
- 自分の気持ちがうまく伝えられない
- しばらく仕事をしていなかったのが不安
- 人と話すことが苦手
- 仕事がなかなか決まらない
- ちょっと職場体験してみたい 等々

～参加者の声～

楽しく学ぶことができて
今後の参考になりました

ビジネスマナーを
楽しく学びました

職場体験で仕事のイメージが
できて自信ができました！



令和6年度 第3回就労準備講座の内容

| 内容 | 期 日 | 場 所 | 講 師 |
|-------------------------|---|------------------------|--|
| ① 体を動かそう！体操教室 | 2月3日（月） 13:00～14:00 | 3階 教養室 （和室） | 松江市暮らし相談支援センター |
| ② 色で楽しむ！パステルアート | 2月5日（水） 13:00～15:00 | 3階 教養室 （和室） | セラピールームシエスタ パステルなごみ アート正インストラクター 宮崎菜菜美氏 |
| ③ 楽しいコミュニケーション講座 | 2月12日（水） 13:00～15:00 | 3階 教養室 （和室） | 臨床心理士 荒川ゆかり氏 |
| ④ 楽しく学ぶ！ビジネスマナー | 2月19日（水） 13:00～15:00 | 3階 教養室 （和室） | キャリアコンサルタント 今岡文香氏 |
| ⑤ 誰でも作れる!? 料理教室 | 2月26日（水） 10:00～12:00 | 3階 調理実習室 3階 教養室（和室） | 松江市食生活改善推進協議会 |
| ⑥ 個別キャリアコンサルタント 職場体験 | 希望される方を中心に、キャリアコンサルタント（1人1時間程度）、職場体験を実施します。ご希望の方は、担当までご相談下さい。 | | |

※新型コロナウイルス感染防止対策でのマスクの着用に関しては個人の判断にお任せします。



【お申込み・お問い合わせ】

松江市暮らし相談支援センター（担当：今村、吉田）
松江市千鳥町 70 番地 松江市総合福祉センター2 階
電話：0852-60-7575 FAX：0852-60-7576

