

# 2022年3月 多賀城市就労準備支援センター トウインクルたがじょうプログラム

			1(火)		2(水)		3(木)		4(金)	
			施設内	施設外	施設内	施設外	施設内	施設外	施設内	施設外
午前			健康マージャン 10:00～11:30		PC講座 10:20～11:30		ペナフラワーを 作ろう 10:00～11:30		サロン 10:00～11:30	
午後			サロン 13:30～15:00		PC講座 13:00～14:20		携帯の使い方講座 13:30～15:00		ヨガ教室① 13:30～14:30	
7(月)			8(火)		9(水)		10(木)		11(金)	
	施設内	施設外	施設内	施設外	施設内	施設外	施設内	施設外	施設内	施設外
午前	内部作業 10:00～11:30		健康マージャン 10:00～11:30		PC講座 10:20～11:30		ペナフラワーを 作ろう 10:00～11:30		農場話し合い 10:00～11:30	
午後	ピンポン① 13:30～15:00		働く準備出来て いますか？ 13:30～15:00		PC講座 13:00～14:20		ストレッチ教室① 13:30～14:30		サロン 13:30～15:00	
14(月)			15(火)		16(水)		17(木)		18(金)	
	施設内	施設外	施設内	施設外	施設内	施設外	施設内	施設外	施設内	施設外
午前	内部作業 10:00～11:30		健康マージャン 10:00～11:30		PC講座 10:20～11:30		ペナフラワーを 作ろう 10:00～11:30		サロン 10:00～11:30	農場
午後	ピンポン② 13:30～15:00		1月～3月生まれの 誕生会 13:30～15:00		PC講座 13:00～14:20		出前講座を受講しよ う 13:30～15:00		ヨガ教室② 13:30～14:30	
21(月)			22(火)		23(水)		24(木)		25(金)	
	施設内	施設外	施設内	施設外	施設内	施設外	施設内	施設外	施設内	施設外
午前	<b>休み</b>		健康マージャン 10:00～11:30		PC講座 10:20～11:30		ペナフラワーを 作ろう 10:00～11:30		ものづくり教室 10:00～12:00	農場
午後			あなたの生活に必要な ものって？ 13:30～15:00		PC講座 13:00～14:20		ストレッチ教室② 13:30～14:30		サロン 13:30～15:00	
28(月)			29(火)		30(水)		31(木)		  	
	施設内	施設外	施設内	施設外	施設内	施設外	施設内	施設外		
午前	内部作業 10:00～11:30		健康マージャン 10:00～11:30		PC講座 10:20～11:30		ペナフラワーを 作ろう 10:00～11:30			
午後	ピンポン③ 13:30～15:00		介護予防講座 13:30～15:00		PC講座 13:00～14:20		1年を締めくくろう 13:30～15:00			

## 多賀城市就労準備支援センター トウインクルたがじょう

〒985-0863 多賀城市東田中2-40-32 ロジューマンG棟1階 開所時間 9:30～16:00

電話受付時間/9:00～16:00 【TEL】022-794-7510 【FAX】022-794-7511

【E-Mail】twinkle@personal-support.org

☆プログラムに参加ご希望の方は、電話でご予約ください。

就労準備支援では、仕事をしたいけれど生活リズムが整っていない、人との関わり  
りに不安がある等々、今すぐに仕事に就くことが難しいと感じている方を対象に、就  
労に向けた支援をおこなっています。お気軽にお問い合わせ下さい。

なお、上記プログラム(ピンク以外)は多賀城市内にお住まいの方なら年齢問わず