

トモウロー

※トモウローとは：人生には色々泣けることもあるけど、明日に向かって頑張ろう！という意味を込めて、利用者の方が考えてくれました。

就労準備支援センターは、自分のペースで通いながら
就労に向けて準備ができる場所です。

- ・働きたいけど経験がなくて何からすればいいのかわからない・・・
 - ・しばらく休職していてスキルがあり心配・・・
- など、不安のある方が前に進めるよう一緒に考えていきます！



お花見



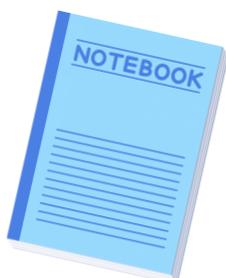
今年も花見に行きました🌸午前中に調理実習をして焼きそば、お団子、ポテトを作って
錦町公園へ！

桜はちょうど見頃で桜吹雪がすごく、ときどきごはんにも入ってしまいましたが、どの料理も
とても美味しかったです！食後は各々散歩をしたり、バドミントンやトランプをしたりと
楽しい時間となりました😊



普段のプログラム内ではこんなことも行っています!

パーソナルノート



就労に向けて「過去→現在→将来」という流れで、自分自身を理解していく作業です。

スタッフさんと面談をしながら、生活面や自分の性格、仕事に対する考えなどの振り返りを行います。そうすることで、働くために必要なことに気づいたり、そのために取り組むべき目標が見えてきたりします。就活で必要になってくる自己PR、長所・短所などを考える時にも役に立ちます!

ハビット講座



ハビット (HABIT) とは、「クセ・習慣」という意味です。スケジュールの組み方や優先順位を考え、時間の管理を身に付けていく講座です。

「どうしてもやらなくてはいけないことを先延ばしにしてしまうんだろう?」ということをテーマに自分の考え方のクセを知ることができます。ただ話を聞くだけではなく、実際にスケジュールを組んでみるなど実践的な課題があるため、自然に自分のクセの改善を行えます。



編集後記

スタッフから

〇さん
今回紹介した他にも
いろいろなプログラムが
あり、楽しく一歩ずつ
前に進めます。

12号も無事発刊を迎えることができました。特に裏面の紹介文は利用者の皆さんが一生懸命時間をかけて悩みながら考えてくれました。ぜひこの広報誌をきっかけにセンターへ興味を持っていただければ幸いです。

仙台市生活自立・仕事相談センター「わんすてっぷ」 就労準備支援センター

〒980-0802

宮城県仙台市青葉区二日町2-1

キムラオフィスビル 7階

※1階がたいやき屋さんのビルです

ご相談は 022-395-8865 わんすてっぷまで

