

# 岡山市就労準備支援センター

相談相手がない。人との関わり（コミュニケーション）に自信がない。生活リズムの乱れや体調に不安がある。就労経験が少ない。ブランクが長い。何から始めれば良いのか分からない・・・

## 私たちと始めてみませんか



## あなたによりそい、就労に向けてサポート

生活自立サポート



規則正しい  
生活習慣

社会自立サポート



就労自立サポート



社会と関わり  
自分みがき

経験・体験をとおし  
自信をつける

# 「岡山市就労準備支援センター」では こんなサポートをします！



## 日常生活自立サポート

生活リズムを改善したい。いつも体調がすぐれず、買い物以外ほとんど家で過ごす。周りの目が気になり人との関わりがあまりない・・・



無理のないところから、少しずつ改善しましょう。まず自分を知らう。



## 社会生活自立サポート

仕事の経験があまりない。自分で何をすれば良いのかわからない。アドバイスがほしいが相談相手がいない・・・



一人では無理なことも、だれかとならできるかも。



## 就労自立サポート

いきなり働くのは自信がない。履歴書の書き方がわからない。面接でいつも緊張して失敗する。パソコンが得意ではない・・・



お仕事体験をとおして、「できる」を感じよう。心も体も準備がたいせつ。

**一緒にしませんか！**

- ・ 65歳未満の方
- ・ 生活リズムを改善したい方
- ・ コミュニケーションが苦手な方
- ・ 就労経験が少ない、仕事をしていない期間が長い方
- ・ 就労のイメージがわからない、就労意欲がわからない方
- ・ 履歴書の書き方、面接の受け方がわからない方 など

### 《お問い合わせ》

岡山市就労準備支援センター（特定非営利活動法人ワークスコース）

〒700-0815 岡山市北区野田屋町1-6-20 瀬戸内会館ビルⅡ 3F

TEL 086-206-1873 FAX 086-206-5238

email [okayama-junbi@roukyou.gr.jp](mailto:okayama-junbi@roukyou.gr.jp)

開所時間：月～金曜 9：00～18：00（土日祝・お盆・年末年始はお休みです。）

本事業は特定非営利活動法人ワークスコースが岡山市から受託し運営しています。