


2024年 4月 就労準備中部プログラムカレンダー

沖縄県就労準備支援事業
共同実施市
(沖縄市・うるま市)

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|---|---|----|--|--|
| 1 | 2 | 3 | 4 10:00~12:00 就労体験  | 5 |
| 8 | 9 10:00~12:00 パソコンプログラム  | 10 | 11 10:00~12:00 就労体験  | 12 10:00~12:00 体ほぐし  |
| 15 | 16 10:00~12:00 パソコンプログラム  | 17 | 18 10:00~12:00 小物作り  | 19 10:00~12:00 屋外活動  |
| 22 | 23 10:00~12:00 パソコンプログラム  | 24 | 25 10:00~12:00 小物作り  | 26 10:00~14:00 調理実習  |
| 29  | 30 10:00~12:00 パソコンプログラム  | | | |

※参加申込みは、各プログラムの一週間前までをお願いします。開催場所は参加者に応じて調整します。また、参加者の都合にあわせて、日程が変更になることもあります。

※カレンダー内にある空白の日は面談日（希望者）又は個別プログラム等の日となっております。

4月プログラム概要

☆パソコン

- ・初めてでも大丈夫♪電源の入れ方やマウスの操作など、自分のペースにあった内容でスタートが出来ます。

☆小物づくり

- ・クラフトバックやアクセサリなど色々な小物作りがありますよ♪ゆんたくしながら、物づくりを一緒に楽しみませんか？

☆就労体験

- ・ゲストハウスでの清掃作業体験や園芸農家さんでの就労体験を通して体調や体力の確認、働くイメージ作りなどをしていませんか？

☆体ほぐし

- ・軽いストレッチをし、今の体の動きを確認しながらほぐしてみませんか

☆調理実習

- ・豚汁やチャンプルーなど、一般的な家庭料理を一緒に作ってみませんか

★プログラムの内容など、担当支援員に気軽にご質問ください♪

沖縄県 就職・生活支援パーソナルサポートセンター中部

住所：沖縄市明道 1-21-5 1F

TEL：098-923-0881 FAX：098-923-0882

携帯①：090-6859-7339 携帯②：080-6498-0389

担当：喜納（きな）・水川（みずかわ）

讀谷山（よみたんざん）・宮城（みやぎ）

その他のプログラム（例）

カレンダーに記載のない日でも、プログラムの実施は可能です。プログラムの内容も相談可能です。あなたの好きなこと、得意なこと、やってみたい事をぜひ聞かせてください♪



ウォーキング



ジムに行く



図書館に行く



スポーツレク



魚釣り



農作業