

2026年  **1月** 

# 北部就労準備プログラムカレンダー



沖縄県就労準備支援事業

月	火	水	木	金
			1 	2
5	6 10:00~12:00 屋外プログラム	7 10:00~12:00 屋内プログラム	8	9 10:00~12:00 就労体験
12 	13 10:00~12:00 屋外プログラム	14 10:00~12:00 屋内プログラム	15	16  10:00~12:00 就労体験
19	20 10:00~12:00 屋外プログラム	21 10:00~12:00 屋内プログラム	22	23 10:00~12:00 就労体験
26	27 10:00~12:00 屋外プログラム	28 10:00~12:00 屋内プログラム 	29	30 10:00~12:00 就労体験

★要望があれば、プログラム例にない活動も行えます。

★参加したい日にちを電話にて教えてください。

☆ 参加無料！！送迎あり ☆

※開催場所は参加者に応じて調整します。また、参加者の都合や天候にあわせて、日程が変更になることがあります。

※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。

# 1月 プログラム概要

## 【屋内プログラム】

### ★調理実習、ボードゲーム、小物作りなど

調理したことがない、何か作ってみたい料理がある。久しぶりにゲームしてみたい、ちょっとした小物を作ってみたいなどなど。屋内で会話をしながら一緒に楽しみましょう♪

## 【屋外プログラム】

### ★ドライブ、川巡り、体ほぐしなど

行きたい場所へ車で行ってみたい、川や山で自然に触れたり、運動不足解消にストレッチや体を動かすなど。外での活動を中心に活動します。ちょっと汗を流してリフレッシュしましょう～♪

### ★就労体験

就労に向け、体験を通して、自分の得意なことを探してみませんか？  
今まで気づかなかった自分を発見できるかもしれませんよ～♪

★プログラムの内容など、何かご不明な点がございましたらお気軽に  
担当支援員にご質問ください♪

沖縄県 就職・生活支援パーソナルサポートセンター北部  
〒905-0017 名護市大中 3-9-1 官公労 2 階  
TEL : 0980-43-0240 FAX : 0980-43-0260

**スタッフ携帯：080-2702-1745**  
担当 宮城・大城

## 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



図書館



魚釣り



スポーツレク



パソコン体験



小物づくり