

西東京市 就労準備支援事業

について



就職活動を前に、
こんな悩み
ありませんか？

- 決まった時間に起床・就寝できない
- いつも人間関係で仕事を辞めてしまう
- 働くことに踏み出せない、意欲が湧かない
- 自分にとってなにが適職かわからない
- パソコンスキルがない

こんな方へ

長く就労から離れている、就労経験がない

各種セミナーやボランティア活動体験、職場体験などのメニューを組み合わせ、ひとりひとりにぴったりのプログラムを実施します。無理なく就労への一歩を踏み出せるように、就労するための「準備」を始めましょう。

生活リズム、習慣を整えたい

一人では生活リズム、習慣は整えにくいものです。改善するために、日課づくりから始めることをお勧めします。日課ができれば、生活のリズム、習慣を整えやすくなります。各種セミナーやパソコン教室等に自分のペースで参加することもできます。

何から始めれば良いかわからない

支援員があなたの自立、自己実現をサポートします。課題の整理、目的の設定、成功体験の積み重ねを通して一歩ずつ一緒に歩いていきましょう。

西東京市生活サポート相談窓口 電話042-420-2809

■相談受付 月曜日～金曜日 8:30～17:00(土日・祝日・年末年始は休み)

■所在地 西東京市南町5-6-13 西東京市役所田無庁舎1階