

# 「働くこと」に不安がある方、悩んでいる方

## こんな方は気軽にご相談ください

- ✓ 長期間働いたことがなく自信がない
- ✓ コミュニケーションに自信がない
- ✓ 生活リズムが乱れている
- ✓ 自分にとって何が適職なのかよくわからない
- ✓ どうやって就職活動したらいいかわからない
- ✓ ビジネスマナーがわからず不安

一緒に歩きだしましょう！



## 郡山市の就労準備支援事業を活用してみませんか？

- あなたに合わせた個別支援プランを作成
- 自立に向けた支援プランを、あなたのペースで実施

### サポートの内容

#### ステップ1

～日常生活のサポート～  
働くための準備、働く体にリセット

#### ステップ2

～社会生活のサポート～  
社会人としてキャリアアップを目指す

#### ステップ3

～就労自立のサポート～  
働くことを体験し、働く自分を想像する

#### ステップ4

～一般就労のサポート～  
就職活動を行い、働く自分を取り戻す

ひとりで悩まず、まずはご相談を！

### 問合せ先

郡山市自立支援相談窓口

(郡山市総合福祉センター 1階 郡山市社会福祉協議会内)

【相談時間】月曜日～金曜日

(年末年始、祝祭日は除く)

8時30分～17時15分

【TEL】024-932-5311

【FAX】024-932-6768

【E-mail】k-shakyo-f@violin.ocn.ne.jp

(本事業は、郡山市社会福祉協議会が郡山市より受託、実施しています。)

SUSTAINABLE  
DEVELOPMENT  
GOALS



# 就労準備支援事業サポート内容例

## 面談の実施

- ◇ 対面での面談、電話相談を定期的に行い、悩みや課題解決に向けて、一緒に目標や支援内容を考えます。
- ◇ ご希望に応じて専門機関との連携、同行支援を行います。



(面談の様子)

## 講座の開催

- ◇ 月2回程度、様々なテーマで講座を開催！
- ◇ **見学歓迎！**初めての方も安心して参加できます。
- ◇ 講座事例
  - ・コミュニケーション講座
  - ・パソコン講座
  - ・ストレス対処法講座
  - ・ビジネスマナー講座
  - ・履歴書の書き方講座
  - ・模擬面接講座
  - ・農作業体験講座
  - ・体力作り講座
  - ・お金と仕事の関係講座
  - ・自己理解講座                      など
- ◇ 講座のほかにボランティア活動も行います。



(パソコン講座の様子)



(農作業体験講座の様子)

## 企業見学・体験

- ◇ 支援の状況、希望に応じて、職場の見学、体験を支援します。
- ◇ 年2回程度、企業見学ツアーを開催します。



(企業見学の様子)

## 定着支援

- ◇ 就職して終わりではありません。就職した後も継続的にサポートします。
- ◇ 就職して悩んだことや困ったことを支援員が相談に乗ります。