



就職への近道



研究成果に
基づく講座

就職前後の
一貫サポート

様々な
就労体験

一人ひとりに合わせた オーダーメイド支援

悩みは人それぞれ違います。今まで困ってきたこと、就職に向けて不安なこと、自分の長所などを一緒に整理して、一人ひとりに合わせた支援プランで就職に向けた一歩をサポートします。

職業準備支援オススの理由

研究成果に基づく講座

- ▶ J S T (職場での対人スキルトレーニング)
- ▶ ストレス対処
- ▶ 問題解決技法 (困ったことへの対処方法)
- ▶ 作業マニュアル作成
- ▶ 認知行動療法の援用 (自分を追い詰めないバランスの良い考え方)
- ▶ アサーション (上手く自分の気持ちを伝える方法)
- ▶ ジョブリハーサル (受講生同士の共同作業)
- ▶ 履歴書作成・面接練習 など

職業リハビリテーション技法の開発・改良を進めている、障害者職業総合センター職業センターの開発成果を基に講座を設定しています。

様々な講座や就労体験を組み合わせ、一人ひとりに合わせた個別カリキュラムを作成します。

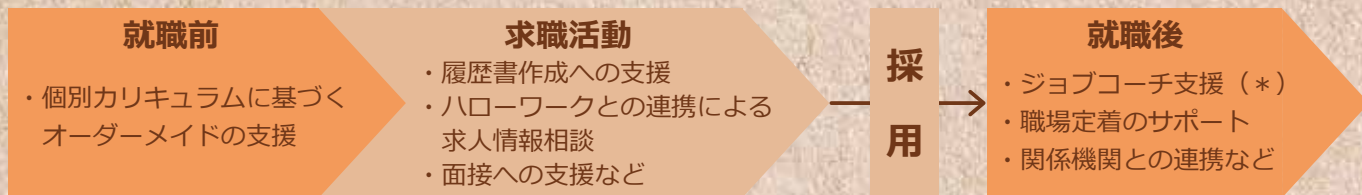
様々な就労体験



職場に近い環境で、事務や身体を動かす作業などの体験が行えます。就労体験を通して、ビジネス会話やルールの習得だけでなく、得意・不得意なこと、安心できる職場環境などを整理できます。

就職前後の一貫サポート

就職前の準備、求職活動、就職後の支援など、各段階で必要な支援を行い、職場定着までをサポートします。



* ジョブコーチ支援：安心して働けるよう、ジョブコーチが会社に訪問してサポートする支援

ご利用者の声

【適性が分からず面接で上手く自分をPRできないAさん】

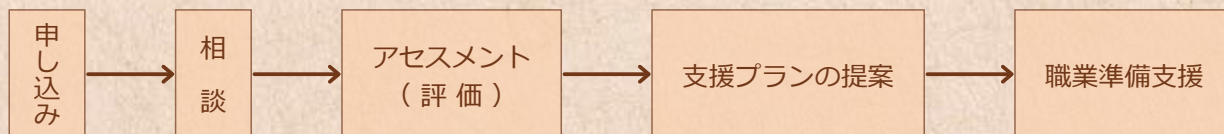
様々な作業を通して、データの照合は正確で反復作業は苦にならないと気づきました。自分の特徴を整理して自己分析シートを作成したことで面接でのPRがスムーズになりました。

【コミュニケーションに自信がないBさん】

職場に近い環境で質問、報告等を体験的に学び、質問のタイミングにも自信が持てました。休憩中の会話は苦手ですが、講座で他の利用者の意見を聞き、適度に一人の時間を持つ事も大切だと気づきました。

教えて！職業準備支援 Q & A

① 利用までの流れは？



👉 職業準備支援の利用に向けて、見学や事前の体験利用も可能です。

② 利用期間は？

短期利用など、ご利用者のニーズにより柔軟な期間設定が可能です。(最大12週間)

また、支援期間中だけでなく、支援終了後も引き続き、求職活動や就職後のサポートを行います。

③ 利用料は？

無料です。

詳しくは、青森障害者職業センターまでご連絡下さい (TEL: 017-774-7123)