

# りよう かた かんそう 利用された方の感想

しよくぎようじゆんびしえん いま こま しゅうしよく む ふあん じぶん  
職業準備支援では、今まで困ってきたこと、これからの就職に向けて不安なこと、自分の

とくい ふとくい せいり しゅうしよく む じしん  
得意・不得意を整理して、就職に向けての自信につながるサポートをしています。

じっさい しょくば に かんきよう つうしょ かくしゆ こうざ さぎようしえん う  
○実際の職場に似た環境に通所して、各種の講座や作業支援を受けられます。

ストレス対処に関する講座、対人技能（アサーション、アンガーマネジメント）、認知行動療法など、今まで自分が知らなかった考え方や方法を知って、今後の仕事でのストレス軽減に役立てられると思った。



じこりかい ぶか ひるきゆうけい まごし方 が分かった。

じぶん あ きゅうじん えら じぶん とくちょう せいり りれきしょ か かた  
○より自分に合った求人を選ぶために、自分の特徴の整理をします。また履歴書の書き方や

めんせつ れんしゅう  
面接の練習をします。

じぶん てきせい きやうかんてき し めんせつえんしゅう ほんぼん む れんしゅう  
自分の適性を客観的に知ることができた。面接演習で本番に向けた練習ができてよかった。



きゅうじんひょう みかた わ りれきしょ ていしゆつ そうふほうほう わ  
求人票の見方が分かった。履歴書の提出、送付方法が分かった。

こべつめんだん ていきてき じっし なか じこりかい ぶか しゅうしよくかつどう い  
○個別面談を定期的に実施する中で、自己理解を深め、就職活動に活かしていきます。

こうざ こべつめんだん たんじかん ないよう こ じぶんじしん きづきにつな  
がって良かった。

