





# 就労支援スキルアップセミナー

岡山障害者職業センターでは、障害のある方の就労支援を実施する関係機関の皆様に対し、日々の就労支援の現場で課題となるテーマを設定し、実践的な研修を開催しています。

皆さまから問い合わせやご要望がとても多い「日常生活基礎力形成支援」に様々な角度から触れることができるセミナーを緊急にご用意いたしました。ご参加をお待ちしています。

ぜひ、この講座の効果や意外性を体感してみてください！

テーマ・内容	日時・場所	申込み締切日
<h2>日常生活基礎力形成支援</h2> <p>「睡眠」「食事」「運動」「セルフケア」といった生活習慣の改善を目指すプログラムです。うつ病等気分障害のある方向けに開発されたものですが、他の様々の障害や就職に向けた土台を整えたい方にとっても有効です。</p> <p>演習や事例検討を踏まえながら、プログラムのご紹介をします。「初めて聞く」という方でも安心して参加できます。</p> <div><p>食事</p><p>運動</p><p>睡眠</p><p>セルフケア</p></div>	<p><b>令和8年1月23日 (金)</b> <b>13:00～17:00 (4時間)</b></p> <p>岡山障害者職業センター</p>	<p>令和8年 1月16日 (金)</p>

## お申込み方法

裏面の「就労支援スキルアップセミナー受講申込書」に必要事項をご記入の上、メールに受講申込書を添付していただき、下記メールアドレスまで送信ください。受講申込書は当センターホームページにも掲載しています（岡山障害者職業センターTOPページ > 関係機関に対するサービス）。

## お問合せ・お申込み先

独立行政法人 高齢・障害・求職者雇用支援機構

岡山支部 岡山障害者職業センター（担当：植木、上田）

岡山市北区中山下1-8-45 NTTクレド岡山ビル17F

E-mail : [okayama-ctr@jeed.go.jp](mailto:okayama-ctr@jeed.go.jp)

TEL : 086-235-0830

／らしく、はたらく、ともに／



JEED