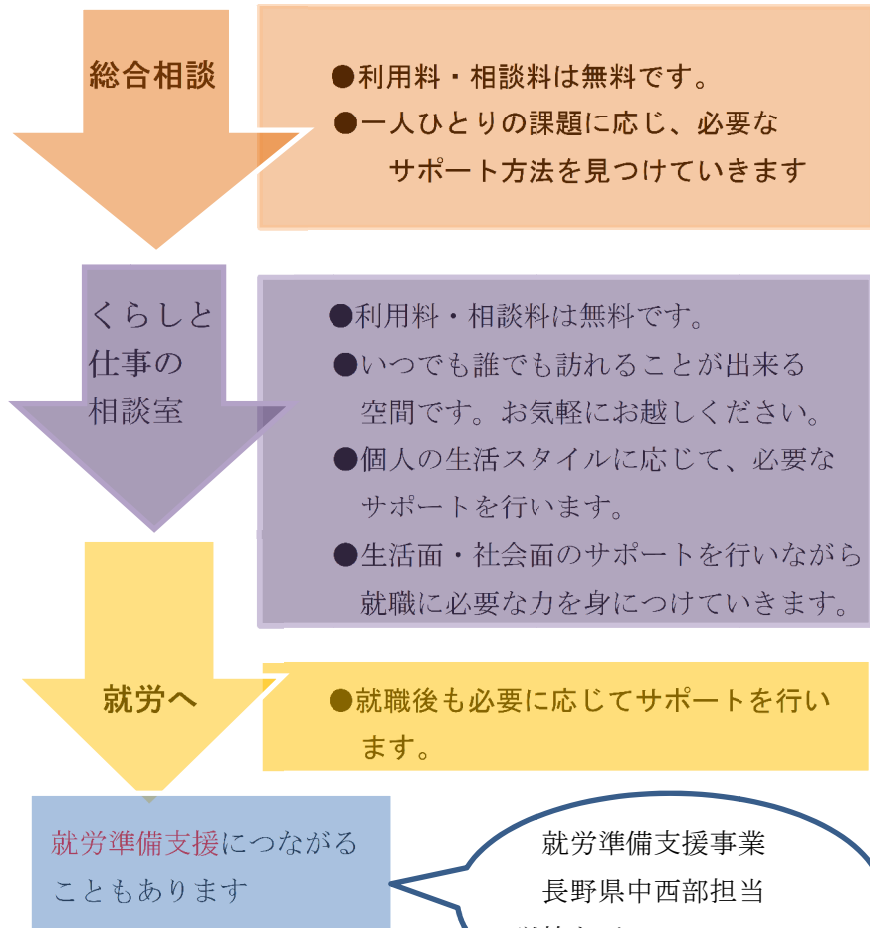


## 相談の方法・流れ



就労準備支援事業  
長野県中西部担当  
労協ながの 0263-31-0733

まいさぼ大町 大町市総合福祉センター 2F 0261-22-7083  
まいさぼ東筑 山形村保健福祉センターいちいの里 0263-88-0180  
まいさぼ木曾 木曾郡大桑村大字殿 1014 0264-24-0057  
まいさぼ信州諏訪 諏訪市豊田 283 第2 飯田ビル 3F  
0266-75-1202

まずは総合相談窓口まいさぼに相談しよう！

一人ひとりに寄り添って、さまざまな支援を行ないます

## 就労準備支援の内容

### 相談

生活や仕事の相談・心の相談  
心配なこと・不安なこと  
何でも気軽にご相談ください。



### 生活力のサポート

生活リズムの改善・食生活の見直し  
体力づくり・生活環境の整理 など  
日常の生活を充実したものへ！！



### 社会力のサポート

職場見学・農業体験（農作業）  
ボランティア活動・地域活動 など  
自分探し・コミュニケーション力をアップ！！



### 就職力のサポート

お仕事体験・履歴書の書き方  
ビジネスマナー・面接の練習 など  
就職活動の不安をサポートします！！



「労協ながの」って  
ともに働く  
ともに生きる  
地域をつくる

**協同労働**

**自分のやりたい仕事を自分で起こす！起業**

<「労協ながの」はこれができます>

**オーダーメイド支援メニュー（抜粋）**

1	オリエンテーション	顔合わせをします
	事前確かめ	今の様子を一緒に考えます
	面談	何でも気軽に相談しよう
2	ワーク①	花を植えて建物を飾ろう
	野外活動	マレットゴルフをやるう (運動・挨拶習慣・交流)
3	ワーク②	字をゆっくり丁寧に書こう ボールペン⇒はがきを書こう 毛筆⇒のし袋・香典袋に名前を
	ワーク③	ワードで文章を作ってみよう
	これからの自分	生活・就労・起業を考える

**1週間の予定（曜日ごとに決める場合）**

日	月	火	水	木	金	土
休	コ	ボ	PC	作業	BM	休
休	コ	ボ	PC	作業	BM	休
休	コ	ボ	PC	作業	BM	休
休	コ	ボ	PC	作業	BM	休

コ：コミュニケーション ボ：ボランティア BM：ビジネスマナー

**「就労準備支援とは？」**

Q 誰でも利用できるの？

A 岡谷市・諏訪市・茅野市

大北（小谷・白馬・松川・池田）

東筑（朝日・山形・生坂・筑北・麻績）

木曾（木祖・木曾・王滝・上松・大桑・南木曾）

諏訪（下諏訪・原・富士見）

上記町村にお住まいの方はどなたでも相談できます。相談料は無料です。ご本人だけでなく、ご家族からのご相談もお受けいたします。

（必要に応じて、収入・資産を確認させていただきます）

Q どんなことが相談できる？

A 仕事があまく探せない・・・

就労の経験がない・・・

働けるか自信がない・・・

就職に関する悩み相談をお受けいたします。

どのようなことでもご相談ください。

Q 就労準備って何をするの？

A 就職への不安や悩みを一緒に共有し、仕事に必要な知識を身につける講座や職場体験、ボランティア活動などを行い、働く意欲と自信を高めます。

Q 個人情報心配・・・

A 相談者のプライバシーは必ず守ります。



**企業組合 労協ながの**

**わ～くす**

**お気軽にご相談ください**

**くらしと仕事の相談室**



**踏み出す一歩を応援します。**

<信州パーソナルサポート就労準備支援事業>

**就労準備支援＊相談窓口**

長野県中西部担当 労協ながの

地域支縁事業所 「わ～くす」

〒390-1241 松本市新村 2927-2 新東ビル

Tel.0263-31-0733 fax0263-31-0755

拠点 池田わ～くす・諏訪わ～くす(予定)