

就職サポートミーティング すてっぷあっぷ

ハローワーク館山では地域活動支援センターⅢ型 茶の間トミーと協力し、このような悩みを抱えながら、就職活動に取り組んでいらっしゃる求職者の皆様に向け、就職サポートミーティング「すてっぷあっぷ」を開催しています。精神保健福祉士や公認心理師他、経験豊富なスタッフがあなたの就職をサポートします。

仕事に関する不安や困りごと、ストレスへの対処やコミュニケーションスキルなど、参加者のみなさんと対話しながら、一緒に就職への準備を進めていきましょう。

無料

【対象者】

- ◆メンタル不調・発達障害をお持ちで、現在、就職活動をされている方
- ◆主治医に就労可能と言われている方

開催日時

日時：原則木曜日（3週に1回）
13:30～15:00

会場：ハローワーク館山
2階 会議室

お問い合わせ

ハローワーク館山 求人特別援助部門
TEL 0470-22-2236

地域活動支援センターⅢ型 茶の間トミー
TEL 0470-28-4557

迷ったらまず
見学・体験！
お気軽にお申し
込みください



ご利用の流れ

STEP 0 見学・体験

百聞は一見にしかず
まずは体験してみましょう

STEP1 参加申し込み

参加したいな、自分に
合ってるなと思ったら
申し込み



STEP2 目標設定



就職に向け、ミーティ
ングでどんなことができる
のか、ゴールをどこに設
定するのか相談します

STEP 3 参加



いよいよ参加！
就職にむけて、一緒に
取り組んでいきましょう

過去のテーマ
☆病気・障害のオープンクローズ
☆セルフモニタリング ☆職場での相談
☆不安への対処 ☆ストレスコーピング
などなど、様々なテーマについて話し合いました

ミーティング内講座メニュー

ストレスマネジメント

- ・認知行動療法
- ・セルフモニタリング
- ・リラクゼーション

コミュニケーションスキル

- ・SST
- ・アサーショントレーニング
- ・Goサイン、NoGoサイン

障害理解

- ・オープン、クローズ
- ・就労パスポート
(特性理解)
- ・体調変化のサイクルと
好調、不調のサイン

就職活動準備

- ・就職活動の進め方
- ・面接練習
- ・職場のルールとマナー
- ・履歴書の書き方

技能トレーニング

- ・手順書作成技能トレーニング

