

働くために

プログラムのコンセプトは

「カラダを動かす。ココロが動く。未来が動く。」

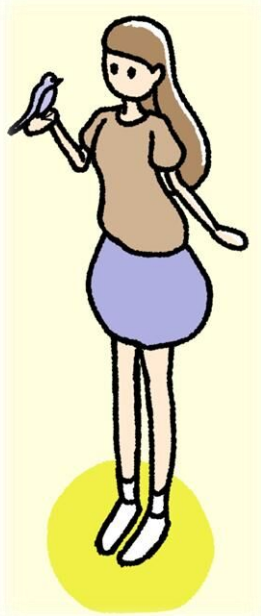
「あきらめない自分に出会う場所。」

「はじめの一步を、一緒に楽しもう！」

体力づくり

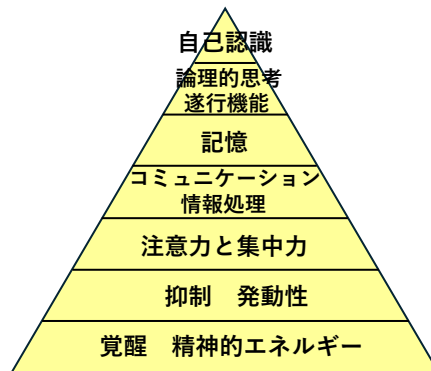
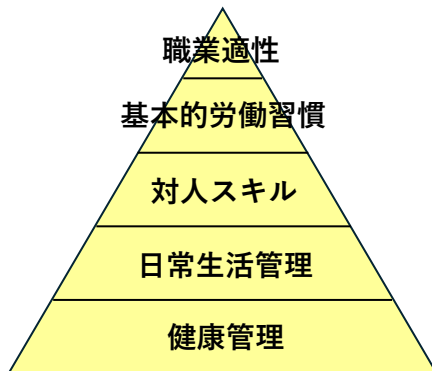
集中力づくり

意欲づくり



土台になる基礎部分を維持・向上

下位の土台がしっかりしていないと、より上位のことが不安定になったり難しくなったりします。そのため基礎部分を維持・向上することで就職活動や就職後のスムーズな適応を目指します。



★ ○対象者

東大阪市在住の働くことに意欲的になれない方(就職氷河期世代含む15歳～55歳までの方)

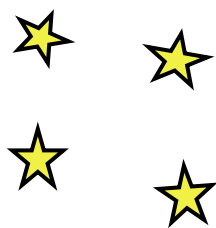
★ ○開催場所

中河内地域若者サポートステーション

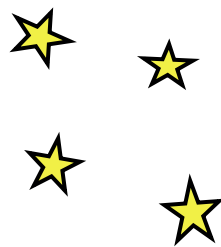
★ ○開催スケジュール

開催スケジュールは裏面をご覧ください

プログラム内容の例



- ☑ **体力づくり** : トレーニングなど
- ☑ **集中力づくり** : 作業体験など
- ☑ **意欲づくり** : ボランティア体験など



開催スケジュール

4月16日(木) 14:15~16:30

体力づくり: トレーニング

※トレーニングウェア、室内シューズ、タオル2枚、水分をご持参ください

4月23日(木) 14:15~16:30

体力づくり: トレーニング

※トレーニングウェア、室内シューズ、タオル2枚、水分をご持参ください

5月14日(木) 10:30~12:00

意欲づくり: ボランティア清掃

5月28日(木) 10:00~12:00

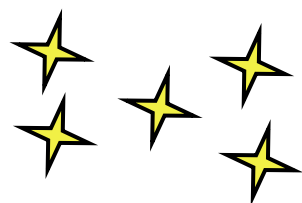
体力づくり: トレーニング

※トレーニングウェア、室内シューズ、タオル2枚、水分をご持参ください

注) スケジュールは変更することがあります

申込方法

お電話にて前日までにお申し込みください
電話番号: 06-6787-2008



中河内地域若者サポートステーション

受付時間: 月~金曜 10時~17時(祝日は除く)

〒577-0054 大阪府東大阪市高井田元町2-4-6岸田興産ビル