

就職を目指したい

障害のある方へ

うつ・発達・身体

精神・知的

対象年齢 18歳～65歳未満

就労移行支援事業所／就労定着支援事業所



就労移行支援事業所  
Pascenter 東戸塚

## わくわく✨ 体験会

・・・・・・・・・・・・

この秋、自分をアップデートしよう！

ココロもカラダもスキルも整える3つの体験プログラム、  
新しい自分のきっかけに。

✓10/25（土）心理学 講座

✓10/31（金）ストレッチ

✓11/5（水）タイピング大会

※参加無料、要予約

※各回2名参加受付中

※就労移行支援プログラムです



お申し込みは  
こちらからどうぞ。



見学・体験も随时受付中！  
18～65歳未満

★ 複数の講座へお申し込み  
していただいてOK

★ ご家族や関係機関の方の  
同席OK

★ 途中入室、途中退席OK



10/25（土）10：00～11：50

### ココロのトリセツ心理学講座

自分の「考えグセ」や「感情のパターン」を知ることで、気持ちの整理がスムーズに。

ストレスや不安と上手につき合うヒントを、やさしい心理学で楽しく学べます♪

10/31(金) 11:00～11:50

### ゆるっとシェイプ ～太り予防ストレッチ～

食欲の秋でも大丈夫！

座ったままで代謝をアップさせ、太りにくい体づくりをサポート。ココロもカラダもスッキリします😊

11/5（水）13：00～13：50

### タイピング大会 ～集中力とスピードに挑戦～

正確さとスピードを競いながら、自然とパソコンスキルが身につきます。

