



ざいしょくしゃこうりゆうけんしゅうがい かいさい 在職者交流研修会を開催しました

日々仕事に従事されている在職登録者の皆さんを対象に エアロビクスによる「健康づくり講座」や「職場や生活場面での悩みや対応方法」についてグループワークを行い、心身ともリフレッシュしてもらう交流研修会を 企画・開催しました。



☞12/08(日) 花巻市 なはんプラザ「ギャラリー」
13:30～15:30

参加者がそれぞれご自身の近況報告や相談をされ、その後はインストラクターの佐藤先生の指導のもとに個々のレベルに合わせて運動を楽しみました。

12/15(日) 北上市 さくらホール「アテイングルーム」☞
14:00～16:00

多くの参加を頂き、花巻地区同様に近況報告や相談をした後、ストレッチなどを中心に普段働いて固まりかけている身体とところをほぐすひと時を楽しく過ごしました。

両会場とも和やかな雰囲気の中体を動かし汗をかき、また日頃の生活についてじっくりお話をさせていただき、支援する私たちにとっても有益なひと時でした。今後もさらに喜んでもらえるような企画をしてみたいと思います。

— 遠野地区でも年明けに開催を予定しております —

花巻市・北上市・遠野市・西和賀町の各自立支援協議会就労支援部会は「さくらネット」として福祉/医療/教育/企業の各機関と連携しております。ご相談は下記事務局までお気軽にご連絡ください。

岩手中部障がい者就業・生活支援センター しごとネットさくら

[対象となる方]

岩手中部圏域（花巻・北上・遠野・西和賀）にお住まいの方

[営業日・時間]

月～金曜日 午前9時～午後6時

〒024-0094

北上市本通り2丁目1番10号サポートセンターさくら内

TEL/FAX 0197-63-5791 URL <http://www.netsakura.jp/>

