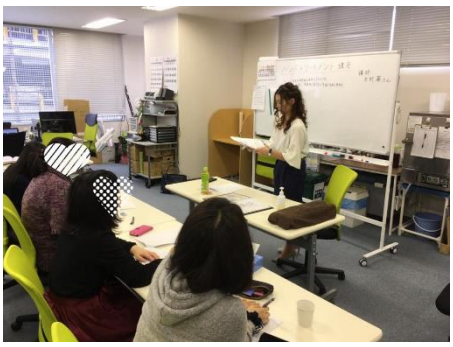
３月はたくさんイベントがありました。ハンドトリートメント講座や、ピアサポーター養成講座、カラオケイベント、レストランでのランチなどがありました。

ハンドトリートメント講座 3/10

ハンドエステを教わりました！
ゆっくりと時間をかけてマッサージし、手をほぐすことで
日ごろの疲れを取り除きました。
講師の方にとても丁寧に教わったので、これからは自分たちでも実践します！



第二回カラオケイベント 3/17

今回第二回は人数も以前と違って、随分と増え、とても盛り上がりました！！帰りのみんなのお顔にも笑みがこぼれていました。今回は人数も多いため、二つのチーム、部屋に分かれて、半分の時間が来たら、くじでメンバー交代と凝っていました。楽しかったニャン！面白かったボン！！次も楽しみにしているよ！

オリーブキッチンでのランチ 3/24

今回は西明石駅から歩いて１５分ほどのところにあるオリーブキッチンという
イタリアンレストランに行きました。
パスタ・ピザ・パエリア・デザートなどを食べました。
とてもおいしかったです。
また行きたいです。

ピアサポーター養成講座 3/15

15 日にピアサポーター養成講座が終了しました。
合計で三回ありまして、当事者の方々の色々な話がありました。
参加している利用者の方々にもリカバリーストーリーを話していただき、お互いに？参考になったり、ヒントになったりと大変有意義な時間となりました。

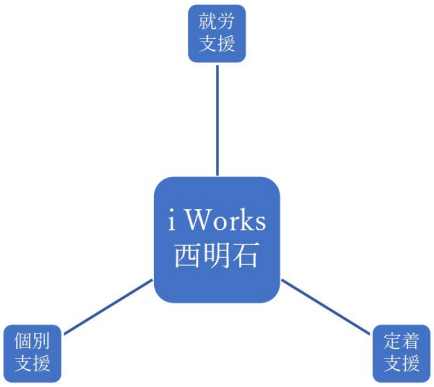
コラム

土の中　実は、あらゆる生き物が「そのまま」で
助け合っています。
地球全体で大昔から助け合っています。
無茶に見えても

※こちらのおたよりは、利用者が作成しています♪

西明石の3つの支援内容

アイ・ワークス西明石を利用すると、就職に関する様々なサポートを受けることができます。一緒に就労を目指しましょう！



アイ・ワークス西明石
☎0120-803-721
受付時間：月～土　9：30～17：30
〒673-0016　明石市松の内　2-6-8
西明石スポットビル　3F