

# ヒューマングロー 板橋通信

発行：就労移行支援事業所  
ヒューマングロー板橋  
住所：東京都板橋区板橋4-6-1  
板橋スカイプラザ2階1号室  
電話：03-6905-7177

先日まで盛んにセミがなかったと思ったら、気づくと10月、秋真っ盛りという感じです。ほんと季節が巡るのはあつという間です。夏が終わってしまったのはさみしい気持ちもありますが、秋も大好きです。実は私の部屋のエアコンは故障して温風しか出ない状態。真夏の熱帯夜、部屋の温度計が30度越えの中、扇風機のみで眠る苦行(?)をしなくてもいい季節の到来は私、大歓迎です(笑)。

さて、秋といったら皆さん、なにを想像しますか。食欲?芸術?それともスポーツ? 私はといえばドライブの秋です。これからの季節、知人といろいろと外出するのが楽しみで仕方ない私です。でも今年、エアコンのない部屋での睡眠を克服した私はもっとシンプルに立ち返って秋を楽しみたい、と企んでいます。文庫本を一冊持ってワンコインで行ける範囲で電車に乗り、行った先の公園で寝転んで文庫本一冊読破! どうです、いいとおもいませんか? あ、言い忘れましたが一人でもOK、それと携帯やスマホはこの際、家に置いて出かけましょう。文庫本と500円だけのシンプルな休日、ゆっくりと流れていく秋を満喫する、そんな贅沢な一日を過ごしてみるのはいかがでしょうか。(スタッフ KS)

I will start working

## 第1回

今回は金融系特例子会社に就職して1年!  
卒業生のSさんにお話をうかがいました  
まず最初に、就職して1年、おめでとうございます

ヒューマングローで準備した事は?

事務系の仕事をかんがえていたので、  
パソコンの訓練をしていました。

現在はどんな内容のお仕事をされていますか?

職場にメール便を配達する仕事です。

やりがいや、今後の抱負などを聞かせてください?

今の仕事は自分の体を考えたら、マッチして  
いると思います。  
抱負は細かい事にも対応できる様になりたいと  
思っています。

苦労した事はありますか?

荷物を運ぶ時にエレベーターのボタンが押し  
にくかったりする事かなあ

定着支援などは役立ちましたか?

ヒューマングローを利用していなかったら、  
就職もできていなかったかもしれませんし、  
続いていなかったかもしれません。  
利用できてよかったです。

どうもありがとうございました

みなさんもSさんに続きましょう!



## 『職場体験実習に行ってきました!』

Oさんが、東京しごと財団が主催した  
職場体験実習に参加しました。

今回の実習先は、介護サービス等を展開  
する企業様の特例子会社です。

長いこと営業職に従事していたOさんに  
っては、初めて事務の仕事にふれる  
機会となりました。

実際には、DM(ダイレクトメール)の  
ラベル貼り、封入・封緘、PC入力等の  
業務を経験しました。

Oさんは、仕事に対する心構えとして  
スピードより丁寧さを挙げ、受入先の  
企業様でもそれを評価していただけました。

今後もこうした機会を捉え実習を通じた  
企業研究を続けていきたいと意欲を述べる  
Oさんでした。



# ボーリング大会



ヒューマングロー板橋では月に1回、レクレーションを開催しています。  
 今回は記念すべき1回目の記事なので、先日開催されたボーリング大会について書きたいと思います。  
 大会前、運動はちょっと・・・と躊躇されている方が多い中開催されたので少し不安もありましたが、  
 ゲームが進むにつれ白熱！ストライクが出たらみんなでハイタッチしたりいつもの訓練とは違う  
 雰囲気を楽しむことができました。

メンバーさんから

「みんなでボーリングをすることが久しぶりだったので楽しかった」  
 「運動してストレス発散できた」との声もありました。今後も交流を深められるようなレクにしていきたいと思います。



## 2016年10月のプログラム STEP by STEP

10月	月	火	水	木	金
	3	4	5	6	7
AM	コミトレ	個別支援	かんせりッグ ルーム		パソコン
朝言		パソコン	リフレッシュタイム	個別実践ワーク	生活支援面談
PM	ペン字	プチパン	レク研	散歩	グループワーク
昼言	かんせりッグ ルーム	個別実践ワーク		ムバ-主体活動	ムバ-主体活動
	10 祝日	11	12	13	14
AM	コミトレ		かんせりッグ ルーム		個別支援
朝言	女子会	パソコン	リフレッシュタイム	個別実践ワーク	生活支援面談
PM	ペン字	プチパン	レク研	雑談力をつけようかい	ビジネススキル
昼言	かんせりッグ ルーム	個別実践ワーク		ムバ-主体活動	ムバ-主体活動
	17	18	19	20	21
AM	コミトレ	個別支援	かんせりッグ ルーム		かんせりッグ ルーム
朝言		パソコン	リフレッシュタイム	個別実践ワーク	生活支援面談
PM	ペン字	プチパン	レク研	散歩	動物園GO
昼言		個別実践ワーク		ムバ-主体活動	
	24	25	26	27	28
AM	コミトレ		かんせりッグ ルーム		パソコン
朝言	ミニトレ		リフレッシュタイム	個別実践ワーク	ビジネスマナー
PM	ペン字	プチパン	レク研	雑談力をつけようかい	ムバ-主体活動
昼言	かんせりッグ ルーム	個別実践ワーク	初歩の手話	ムバ-主体活動	女子会
	31	今月の「お弁当会」 10/6(木)、10/12(水) 10/21(金)、10/29(土)、10/31(月)		1土 5事業所合同 ハーハキョウ大会 赤塚公園BBQ広場	29土 土曜映画鑑賞会



### 見学・体験 随時受付中

東京都指定 障がい福祉サービス  
 就労移行支援事業所

## ヒューマングロー板橋

板橋区板橋4-6-1 板橋スカイプラザ2階I号室 新板橋駅 徒歩2分、板橋駅・下板橋駅 徒歩6分

まずはお気軽にお問合せください

03-6905-7177

ホームページはこちら

