

鎌倉と群馬桐生の禅寺で、コラボ企画があったので行ってまいりました。とても静謐（せいひつ）な時間を過ごすことができました。今回はその禅寺でいただいたお話をいくつかおすそ分けします。

◎ずっと悩んで過ごすなんて損。

なるようになると思ってひと休みすればいい。

◎人は傷つくたびに本当に大切な答えに近づける。

◎君が転ぶことに関心はない。

立ち上がることに関心がある。

◎世の中には幸も不幸もない。考え方次第だ。

◎人は泣いて笑って喜んで悲しんで……

ちゃんと全部を味わうべきだよ。

どうぞ一読下さい。（スタッフKS）



『ストレス対策講座☆彡』

6月から新しく始まったプログラムのご紹介です！「より就職に、より定着に役に立つ訓練を！」という思いから、ストレス対策講座を始めました。

☆なぜ始めたのか？

ストレスが原因で就活ができなくなったり、仕事を辞めてしまう人が多いと感じています。しかし、

ストレスがゼロということは不可能です。

実際に「ストレスがないです」という人は



ほとんどいないと思います。

そこで就職・定着するためには、自分に合ったストレス対策を身に付けていくことが必要だと考えました。

☆プログラムの内容

まず、自分がストレスを感じている状態、どんな時に感じるのかを知ります。

次に対処方法を学びます。そして、「自分自身でどのように対処していくか」という、具体策を作成します。

☆興味のある方は……

隔週で月曜日に関いています！興味のある方は、ぜひご連絡ください♪

『映画鑑賞会』

8月のレク研企画は、祝日に映画鑑賞会を開催しました！

メンバーさんの熱いリクエストにお応えして『ミニオンズ』を上映！

多くの方が参加されました。

メンバーさんの感想として

- ・楽しく見れた。
 - ・ゆっくりすることができた。
- との声が多くありました。



『8月の就職者』

Tさん（男・40代）

……小売業 販売員

Kさん（男・50代）

……エネルギー 社内SE

Kさん（男・40代）

……清掃業 清掃員

みなさん、おめでとうございます！



I will start working

第12回

今回は大型家電量販店に8月に就職した卒業生のTさんにホットなお話をうかがいました。

まず最初に、就職おめでとうございます!!!

ヒューマングローで学んだ事は?

明るい雰囲気の中でPCスキルやリーダースキルなど就活にいかせることが身に付きました。

どのようにお仕事をしたいと思っていますか?

前職の経験をいかし、丁寧な仕事をしたいと思っています。

今の気持ちを聞かせてください?

クローズで希望の職種に就けたので、うれしく思います。ただ家の事と両立できるか、不安もないとは言えません。

定着支援に何を期待しますか?

職場環境や家庭、自分自身など幅広く面談などで相談にのってほしいと思っています。

最後、まとめをお願いします。

引きこもり状態から、ヒューマングローのおかげで、自分にマッチした仕事に就くことができました。みなさんも、頑張してほしいと思います。

どうもありがとうございました!!!

みなさんもMさんに続きましょう!!!

2017年9月のプログラム STEP by STEP

9月	月	火	水	木	金
AM 朝言	 今月の「お弁当会」 7(木)、12(火)、 18(月)、29(金)				1
PM 昼言				 9土 土曜映画鑑賞会 シンゴジラ	コミュニケーション トレーニング少人数 ビジネスマナー講座①
AM 朝言	4 コミュニケーション トレーニングⅠ	5 個別支援 コミュニケーション トレーニング少人数	6 コミュニケーション トレーニングⅡ	7 メンバー主体活動	8 個別支援
PM 昼言	SST	健康講座 NEW!	ペン字 企業見学会ガイダンス	雑談力をつけようかい①	就活準備講座①
AM 朝言	11 コミュニケーション トレーニングⅠ	12 個別支援	13 コミュニケーション トレーニングⅡ	14 メンバー主体活動	15 コミュニケーション トレーニング少人数
PM 昼言	ビジネススキル(特)	テーマトーク	ペン字 企業見学会 パネル サンクス様	雑談力をつけようかい①	ストレス対策講座(特)
AM 朝言	18 敬老の日	19 個別支援 コミュニケーション トレーニング少人数	20 コミュニケーション トレーニングⅡ	21 メンバー主体活動	22 個別支援
PM 昼言	余暇活動 NEW! フナタリウム	SST	ペン字	雑談力をつけようかい①	ビジネスマナー講座②
AM 朝言	25 コミュニケーション トレーニングⅠ	26 個別支援	27 コミュニケーション トレーニングⅡ	28 メンバー主体活動	29 コミュニケーション トレーニング少人数
PM 昼言	ストレス対策講座	テーマトーク	ペン字	雑談力をつけようかい①	就活準備講座②

諸事情により予定が変更になる場合があります。

ホームページはこちら

ヒューマングロー板橋
(1階はスーパーのライフ)

見学・体験 随時受付中

まずはお気軽にお問い合わせください

東京都指定 障がい福祉サービス
就労移行支援事業所

03-6905-7177

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

最寄駅からのアクセス：新板橋駅 徒歩2分、板橋駅・下板橋駅 徒歩6分

