

ヒューマングロー 梅島通信 9月号

発行：株式会社ヒューマングロー
ヒューマングロー梅島
住所：東京都足立区梅島1-12-12
フランドール梅島2F
TEL：03-5888-6970
営業日：月～金（祝日も営業）
営業時間：9：00～18：00
URL：<https://human-grow.com/>

施設見学
体験実習
受付中!!

今月は、生活支援員担当の
ちょっと気になるプログラムをご紹介します！



♪ セルフマネジメントプログラムのご紹介 ♪

梅島事業所の生活支援員が担当している、セルフマネジメントのプログラムをご紹介します。



セルフマネジメントプログラムでは、ストレス対処の方法を利用者さんと一緒に考え実践し、安定した体調管理を自分自身で行えるようにすることを目的として実施しています。今回は、その中で「カラーセラピー」についてご紹介致します。

～*～「カラーセラピー」の定義～*～
色の持つ性質・効果を利用して心身の状態を改善すること



色の持つ意味やイメージ、精神的効果や身体的効果により、色の力を最大限に引き出し生活に取り入れることにより心や体を元気にします。

今回、気分転換も兼ねて、利用者さんが「カラーセラピー」にトライ！16色のカラー紙の中から、自分の気になる色と今の気分の色を選んで色の持つ性質やパーソナルな傾向、相性といったものを調べました。「性格が当たっている！」「意外？」等々…、皆さん、真剣になっていました。上手に色の効果を取り入れて、日々の生活を楽しみましょう！

♪ 社員紹介 ♪

梅島事業所で生活支援員を担当しております。

以前は、日本橋（現：小岩）と高田馬場の事業所で生活支援員として勤めており、この4月の梅島事業所オープンに伴い、こちらで勤務することになりました。一般企業の事務スタッフとしての経験を活かし、利用者さんご自身が気付いていない強みを見つけて就労に結び付けられるよう、努力の日々です。利用者さんが、自分らしい豊かな生活、より良い人生を送ることができるよう、一緒に考えて行きたいと思っております。



Q. リフレッシュ
の方法は？

休日は、美術館巡りなどを行っています。
絵画鑑賞の後、図書館で最新の雑誌を読み、公園を散歩しながら帰宅します。ちなみに、おススメの図書館は、**千代田区立日比谷図書文化会館**です。→→→→→
● 椅子の座り心地が良く、長時間座っても疲れ難いことと、日比谷公園を眺めながらの読書が気分転換になっています。





2018年 9月 プログラム表



サービス提供時間 10:00~16:00 (お昼休憩 12:00~13:00)
共通プログラム 14:10~15:00

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	ヒューマングロー					9/1
AM						
PM						
	9/3	9/4	9/5	9/6	9/7	9/8
AM	個別訓練	個別訓練	個別訓練	個別訓練	個別訓練	
PM	就活準備講座 or 個別訓練	ペン字 or 個別訓練	ビジネスマナー or 個別訓練	作業訓練 or 個別訓練	大人の塗り絵 or 個別訓練	
	9/10	9/11	9/12	9/13	9/14	9/15
AM	個別訓練	個別訓練	個別訓練	個別訓練	個別訓練	
PM	ウォーキング or 個別訓練	一般教養 or 個別訓練	コミュニケーションワーク or 個別訓練	作業訓練 or 個別訓練	セルフマネジメント or 個別訓練	
	9/17	9/18	9/19	9/20	9/21	9/22
AM	個別訓練	個別訓練	個別訓練	個別訓練	個別訓練	
PM	ウォーキング or 個別訓練	一般教養 or 個別訓練	ビジネスマナー or 個別訓練	コミュニケーションワーク or 個別訓練	防災学習	
	9/24	9/25	9/26	9/27	9/28	9/29
AM	個別訓練	個別訓練	個別訓練	個別訓練	個別訓練	
PM	大人の塗り絵 or 個別訓練	就活準備講座 or 個別訓練	避難訓練	ビジネスマナー or 個別訓練	セルフマネジメント or 個別訓練	梅島勉強会 社会資源とは? 障害者雇用とは?

お知らせ:No1

ヒューマングロー梅島では、平日が祝日の場合も開所しています。17日_敬老の日と24日_秋分の日^{の振替}(両日ともに月曜日)は、通常どおり個別訓練とプログラムを行います。

お知らせ:No2

9月は防災月間です。ヒューマングロー梅島でも、プログラム内で21日(金)に防災学習、26日(水)に実際の避難訓練を実施致します。自分の命を守るのは自分！是非ご参加ください。



交通アクセス

東武伊勢崎線(スカイツリーライン)
「梅島」駅 徒歩1分



入口は
こちら

※エレベーターもございます。