

少しずつ暖かくなり、春を感じだす、鼻がムズムズするあのシーズンを迎えます。そう、花粉症。ひとにより症状は様々ですが、やはり何と言っても辛いのはくしゃみですよね。でも、くしゃみのしかたも人それぞれ。標準的?な『はくしょんっ』、出そうでなかなか出ない『は～は～は・・・っくしょん!』、上品な『(小声で)くしゅんっ』、逆に『あっくしょ～んんんっ』と豪快にくしゃみをしながら体全体で表現する方もおられます。そして私なんかは加藤茶さんタイプの『ひっぴしょん』でしょうか。さらに私よりも10歳以上年上世代となると、くしゃみに恨みのひと言が付け加わり、

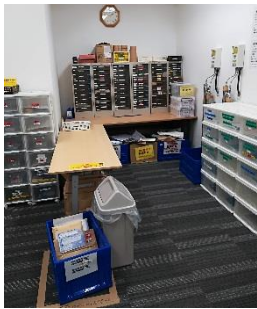
『はっくしょ～んっ!ちくしょうめえ!』なんて方もおられます。ただ、たかがくしゃみ、されどくしゃみ。一度のくしゃみで口から出たいろんなものは5メートルも飛んでしまうとか。やっぱりそこはマナーですよね。人前に出るときはマスクをしたり、ハンカチやタオルで口や鼻を覆ったり、人がいる方向から背を向けて、下を向いてくしゃみするなど。不快なこの時期、せめてほかの方に不快な思いをさせないよう、お互いさりげないマナーを身につけたいものです。(スタッフKS)



### 『企業見学会！』

—シダックスオフィスパートナー株式会社—

企業見学に行ってきました！今回伺ったのは、就職者の定着率が高いと評判のシダックスオフィスパートナー（SOP）さん。どんな取り組みで、社員がいきいき働き続けられるのか、そのポイントなどを伺ってきました。



当日は、利用者さん6名と訪問。親会社シダックスさんの100名以上が働くフロア、その一角がSOPさんの職場です。実務を拝見、社員の方から

大変に感じたことなどリアルな声を聞けました。障害者雇用で入社後キャリアアップし正社員となった方から、何を心がけているかについて就労のコツも伺いました。参加した方からは「今すぐ社会人として心がけられる事があると気が付いた」という前向きな感想も頂いています。今後も働くイメージを膨らますヒントとなる見学会を企画していきます。



### 『豆まき大会♪』

2月2日に豆まき大会を開催しました！日頃のストレス発散も兼ねて豆まきの後は、おなじみのボードゲーム・カタンとトランプをみんなでやり、楽しくお話をして過ごしました！

メンバーさんからはこんな感想をいただきました。

・豆まきは普段家でできないので、こういう感じもたまには



いいなと思った。気分転換になった。

・豆を当てて、日頃のストレス発散になった。

・カタンはルールが難しかったが、一旦覚えると自分で考えたり他のプレイヤーとコミュニケーションの訓練になって楽しかった。またやりたい。

・トランプを久しぶりにやって楽しかった。掃除は意外と良い運動になると思った。

たくさんのメンバーさんに参加いただき、大盛況でした！ぜひ、また来年もやりましょう♪



I will start working!

第22回

今回は、教育系特例子会社E社に2月に就職した卒業生のKさんにホットなお話をうかがいました!

Q. 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の就活はいかがでしたか?

A. 求人相談・応募書類の作成をスタッフに支援してもらいました。

Q. どんな内容のお仕事をされていますか?

A. 事務系の仕事をしています。いろいろな業務があるので大変ですが、やりがいを感じています。



Q. なぜ、この職業を選びましたか?

A. 勤務時間や待遇が今の自分にマッチしていると思い選びました。

Q. 職場にはなれましたか?

A. 実習・トライアルの順序で、採用されたので職場に馴染みやすく、人間関係も構築しやすかったです。

Q. ヒューマングローはどうでしたか?

A. コミュニケーション訓練が役に立ちました。SS Tやストレス対策講座など今後、役立つプログラムがあったのでよかったです。

どうもありがとうございました☆  
みなさんもKさんに続きましょう!



## 2019年3月のプログラム STEP by STEP

|    | 月<br>全体ワーク     | 火<br>プチワーク  | 水<br>全体ワーク・イベント                                       | 木<br>プチワーク                                  | 金<br>全体ワーク   |
|----|----------------|---|---|---|--|
| 3月 | AM 朝言<br>PM 昼言 | 2(土)<br>ひな祭り会♪<br>AM: 工賃訓練                            | 16(土)<br>タカセのケーキパーティー<br>(1下板橋のケーキ屋さんです☆)<br>AM: 工賃訓練 | 30(土)<br>お花見@石神井川<br>AM: 工賃訓練               | 1<br>コミュニケーショントレーニング少人数<br>就活準備講座①<br>生活支援面談                     |
| 4  | AM 朝言<br>PM 昼言 | 5<br>個別支援・インテーク<br>コミトレ少人数 工賃訓練<br>自己理解ワーク<br>テーマトーク  | 6<br>コミュニケーショントレーニングII<br>ペン字<br>生活支援面談               | 7<br>作業訓練<br>工賃訓練<br>雑談力をつけようかい(会)          | 8<br>個別支援・インテーク<br>ビジネスマナー講座①<br>生活支援面談                          |
| 11 | AM 朝言<br>PM 昼言 | 12<br>個別支援・インテーク<br>工賃訓練<br>自己理解ワーク<br>テーマトーク         | 13<br>コミュニケーショントレーニングIII<br>ペン字<br>生活支援面談             | 14<br>作業訓練<br>個別支援 工賃訓練<br>雑談力をつけようかい(会)    | 15<br>コミュニケーショントレーニング少人数<br>ハローワークセミナー<br>生活支援面談                 |
| 18 | AM 朝言<br>PM 昼言 | 19<br>個別支援・インテーク<br>コミトレ少人数 工賃訓練<br>自己理解ワーク<br>テーマトーク | 20<br>コミュニケーショントレーニングIV<br>ペン字<br>生活支援面談              | 21 春分の日<br>工賃訓練<br>作業訓練<br>お花見★<br>@東京国立博物館 | 22<br>個別支援・インテーク<br>就活準備講座②<br>生活支援面談                            |
| 25 | AM 朝言<br>PM 昼言 | 26<br>個別支援・インテーク<br>工賃訓練<br>自己理解ワーク<br>健康講座           | 27<br>コミュニケーショントレーニングV<br>ペン字<br>生活支援面談               | 28<br>作業訓練<br>個別支援 工賃訓練<br>雑談力をつけようかい(会)    | 29<br>コミュニケーショントレーニング少人数<br>ビジネスマナー講座②<br>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 障害福祉サービス  
就労移行支援事業所

ヒューマングロー板橋

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



03-6905-7177

板橋区板橋4-6-1  
板橋スカイプラザ2階I号室

