

ヒューマングロー板橋通信

2月号

No.053号
(2021年2月発行)

発行：就労移行支援事業所
就労定着支援事業所
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



～私の実習体験記～

今回は利用者Fさんの実習体験記をお送りします。
訓練の成果を生かし、こちらの記事の編集もお願いしました★！

先日、2週間にわたる職場体験実習に参加しました！
そこで感じた事・学んだ事とは？
皆様の就職活動の参考になれば幸いです！



<1>どうして実習をしようと思ったか？

実際の現場で業務を経験することで、仕事に対するイメージをつかみたかったからです！

<2>どのような仕事を体験したか？

主にデータ入力やPDFデータの汚れチェックを行いました。その他にも、モニターの梱包作成や、会議用のPCとプロジェクターの設置なども体験しました。

<3>実習で心掛けたことは？

まずは何といても「睡眠」です！1日にわたる業務は、まさに体力が肝心！オンとオフの切り替えも重要です！

そして、「ありのままの自分」でいる事！変に身構えずに素直な気持ちで実習に参加した事で、新たな自分の強みや課題に気づく事が出来ました。

<4>全体を通しての感想

とにかく、楽しかった！！訓練の成果を存分に発揮出来た事に加え、社員の方々の明るく思いやりを持って業務を行う雰囲気に触れた事で、安心して実習を行う事が出来ました。また、今回実習に参加し、ビジネスにおけるコミュニケーションやチームワークの重要性を学び、今後のヒューマングローでの訓練や就職後の仕事に生かしていきたいです！

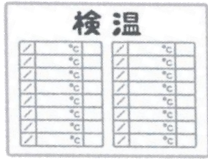


通所×在宅 MIX支援継続中

～感染症対策～



ヒューマングロー板橋では、通所による訓練を継続しています。
利用者様が安心して訓練に集中できるよう、感染対策も徹底しています。



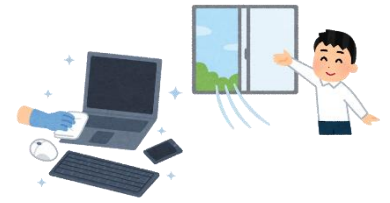
通所前に体調チェック！
体温の他、嗅覚等にも
異常がないか確認します

入室時の手指消毒
再度検温の実施



飛沫予防シートの
設置とマスク着用

こまめな消毒と換気



皆様にはご不便おかけしている点もあると思いますが、ご協力いただき安全な運営に努めて参ります。
「通所が心配、不安」という方には在宅訓練の提供も行っています。

- ★感染リスクが不安で通所(外出)を控えたいという方は「在宅訓練」
- ★生活リズムの乱れが不安、顔の見える環境が安心という方は「通所訓練」

「詳しく話が聞きたい！」という方は見学・体験も可能ですので、ぜひお問合せください!!

2021年2月のスケジュール表

2月	月	火	水	木	金
AM	1 朝言 面接練習 (人数制限あり)	2 仕事スキルワーク	3 コミュニケーションワーク (雑談)	4 コミュニケーションワーク (雑談)	5 仕事に活かせるペン字 第15回
PM	7 昼言 運動講座 「椅子ヨガ」	8 SST 第8回「話の組み立て方① ～仕事の報告～」	9 面接練習 (人数制限あり)	10 健康講座 第9回「メンタルヘルス ～心も体も健康に～」	仕事スキルワーク
AM	8 仕事スキルワーク	9 面接練習 (人数制限あり)	10 コミュニケーションワーク (グループワーク)	11 祝日	12 ストレス対策講座 第7回「相手に配慮した自己主張を 導く～アサーティブ～」
PM	14 昼言 生活スキルアップ 第6回「金銭管理の基礎知識」	15 SST 第9回「話の組み立て方② ～話の伝わり方～」	16 自己理解ワーク 第10回「自分Wikipedia」	17 面接練習 (人数制限あり)	18 仕事スキルワーク
AM	15 コミュニケーションワーク (雑談)	16 就活準備講座 第9回「履歴書を作ってみよう」	17 仕事スキルワーク	18 面接練習 (人数制限あり)	19 仕事スキルワーク
PM	21 昼言 運動講座 「オフィス実践体操」	22 就活準備講座 第9回「履歴書を作ってみよう」	23 PC初心者講座	24 健康講座 第10回「生活習慣を再考そう！ ～健康診断の活用～」	25 仕事に活かせるペン字 第16回
AM	22 面接練習 (人数制限あり)	23 祝日	24 コミュニケーションワーク (知識) 「話し方のクセと表情の伝え方」	25 ビジネスマナー講座 第8回「仕事の進め方」	26 就活準備講座 第10回「履歴書を作ってみよう」
PM	28 昼言 生活スキルアップ 第7回「金銭管理の応用編」	29 面接練習 (人数制限あり)	30 自己理解ワーク 第11回「自己紹介書の書き方」	31 ビジネスマナー講座 第8回「仕事の進め方」	32 就活準備講座 第10回「履歴書を作ってみよう」
AM					<p>感染症対策の一環で しばらくの間、 土曜日は閉所いたします。</p>

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様)

見学・体験 随時受付中

まずはお気軽にお問合せください

東京都指定 障害福祉サービス
就労移行支援事業所
就労定着支援事業所
ヒューマングロー板橋



03-6905-7177

板橋区板橋4-6-1
板橋スカイプラザ2階I号室



アクセス：都営三田線「新板橋駅」徒歩2分、JR埼京線「板橋駅」/東武東上線「下板橋駅」徒歩6分