

# ヒューマングロー 高田馬場通信

2022年  
7月号

ヒューマングロー高田馬場は

**土曜日も利用できます！**

ヒューマングロー高田馬場では第1・3・5土曜日も開所しています！  
静かな環境で応募書類の作成や求人検索をしたり、  
ゲームやウォーキングなどリフレッシュプログラムに参加も可能。  
平日よりも時間に縛られずゆっくり過ごしていただけます。  
また、土曜日のお昼には、お弁当の提供をしております。  
温かいお弁当を食べられると利用者さんにご好評をいただいています！

**お知らせ**

土曜日開所では  
お昼休憩の時間に  
**お弁当を提供**しています！



## プログラム企画をしながら事務訓練？！

～利用者Aさん発案「ディズニークイズ大会」編～

企画の準備過程では、就労スキルでもある報告連絡相談やスケジュール管理・調整能力が必要。  
そこで、仕事に取り組む練習として企画準備から運営を利用者Aさんと一緒に行いました。  
Aさんと準備したプログラム企画は5月21日（土）に実施し、大盛況！  
今回は、企画運営の取り組みの一部とAさんの感想をご紹介します！

### 01. どんな就労スキルが身につくの？

- 適切に報告・連絡・相談をする力
- 期日に間に合わせるための  
スケジュールを調整・管理する力
- 修正点など他者の意見を聞き、  
的確に反映する力

### 02. 実際、どんな風に取り組んだの？

実施日までに何をいつまでに完成させると良いかスケジュールの組み立てから始めました。  
また資料作成の内容を相談したり、進捗を報告することも実践的な練習の場面になりました。  
本番の1週間前には予行練習をして、説明の仕方やスライドなどを修正して本番に臨みました。

### 03. 利用者Aさんの感想

緊張して前日はあまり眠れなかったけど終わってスッキリしています。みんな楽しんでくれていたので、とてもうれしかったです。司会をするにあたり、ヒューマングローの支援員さんをイメージしました。デキは80点ぐらいかな。今度は映画とか別の企画でやってみても良いかと思いました。



# 新・スタッフ 紹介コーナー

6月付で梅島事業所から、  
経験・知識豊富なスタッフK  
さんが異動して  
きました！  
皆様にご紹介  
いたします！



はじめまして！

6月1日より梅島事業所から異動してまいりましたKと申します。  
前職での社会経験や梅島事業所での経験を活かし、日々の訓練のサポート、応募書類の添削、面接練習など、就職活動の支援を通じて、高田馬場事業所に通所されている利用者様のお役に立てるように取り組んでまいりたいと思っております。

趣味は、スポーツボランティアの活動とサッカー観戦で、「東京ヴェルディ」を応援しています。ホームゲームはなるべく味の素スタジアムに足を運び、アウェーゲームではDAZN（ダゾーン）で観戦をしています。よろしくお願いたします。

STEP by STEP  
あなたの「成長」を応援します

## 2022年7月プログラム表

ヒューマングロー

	月	火	水	木	金	土	日
AM 朝言					1 ビジネスマナー⑤ 時間管理	2 土曜日開所 マジック教室	3
PM 昼言					仕事スキルワーク 見学資料セット		
AM 朝言	4 仕事スキルワーク 電話応対	5 ストレス対策講座⑥ 一人でできるリフレッシュ法を やってみよう	6 ペン字⑬	7 仕事スキルワーク データ入力	8 コミュニケーション 雑談	9	10
PM 昼言	運動講座 体と脳に効く椅子ヨガ	仕事スキルワーク 工作	SST⑦ 上手に断る	健康講座⑦ 睡眠負債を知っていますか？	仕事スキルワーク データ入力		
AM 朝言	11 仕事スキルワーク 電話応対	12 生活スキルアップ⑦ 洗濯	13 ペン字⑭	14 仕事スキルワーク データ入力	15 コミュニケーション グループワーク	16 土曜日開所 BABACafe	17
PM 昼言	自己理解ワーク⑦ やりたいことワーク	就活準備講座⑦ 企業研究をしてみよう ※特例子会社編	特別プログラム HITOWAソーシャル オンラインセミナー	運動講座 運動と睡眠	仕事スキルワーク データ入力		
AM 朝言	18 リフレッシュ プログラム お出掛けイベント	19 ストレス対策講座⑦ 相手に配慮した自己主張を 考える～アサーティブ～	20 ペン字⑮	21 仕事スキルワーク データ入力	22 コミュニケーション 雑談	23	24
PM 昼言							
AM 朝言	25 仕事スキルワーク 電話応対	26 生活スキルアップ⑧ スケジュール	27 ペン字⑯	28 仕事スキルワーク 電話応対	29 コミュニケーション 知識の距離感で変わる コミュニケーション	30 土曜日開所 BABACafe	31
PM 昼言	自己理解ワーク⑧ 良い事（ポジティブ）探し	仕事スキルワーク 工作	就活準備講座⑧ 企業見学・実習を知ろう ～卒業生の事例紹介～	運動講座 体と脳に効く椅子ヨガ	仕事スキルワーク 見学資料印刷		

※プログラム実施日は変更になる場合があります  
※サービス提供時間 10:00～15:00  
AMプログラム 11:10～12:00/PMプログラム 13:10～14:00

ヒューマングロー高田馬場

### 高田馬場駅から徒歩1分！



JR山手線 高田馬場駅 戸山口改札 徒歩1分  
西武新宿線 高田馬場駅 戸山口改札 徒歩1分  
東京メトロ東西線 高田馬場駅 1番出口 徒歩2分

東京都指定 就労移行支援事業所  
東京都指定 就労定着支援事業所

ヒューマングロー

## ヒューマングロー高田馬場

〒169-0075  
東京都新宿区高田馬場4-4-34 第2ARSビル2階201号室  
受付時間：平日 9:00～18:00（年末年始を除く）

TEL:03-6908-7923

随時、見学・体験受付しております  
お気軽にお問合せ下さい

