

# ヒューマングロー 高田馬場通信 3月号

フリーコミュニケーションプログラム

## 「マスク」を手作りしてみよう！

2月23日(火・祝)のフリーコミュニケーションプログラムでは、今や外出時の必需品である【マスク】を手作りしました！

今回は講師役は小物作成が得意な利用者のAさんです！  
素敵な“マスクの作り方”説明書も手作りし、いざ作成開始です。  
実はこのマスク、針やミシンも一切使わないので簡単かと思いきや  
意外と折る作業やテープを貼る作業など細かな作業もあり、  
悪戦苦闘しながら、時には利用者さん同士で教え合い  
完成することができました！



講師のAさんを中心に  
利用者さん同士で教え合い

### 講師役をした利用者Aさんに 感想をお伺いしました！

#### ①準備を進めてみてどうでしたか？

→使うものは用意できましたが、実際に始める前に  
もう少し自分でも休み時間に準備出来たらなと思いました。

#### ②実際に教える立場を行ってみてどうでしたか？

→どうしたら上手く伝わるのかが難しくて、少し大変でした。

#### ③作り終えてみた感想を教えてください。

→皆さんが楽しんでいただけたかが不安でしたが、  
達成感がありました。  
先生と言っていただけのがうれしかったです。

#### ④今回の経験で仕事に役に立ちそうなことはありましたか？

→コミュニケーションや何かあったときどうすればよいか  
という時の対応などが、今後役に立ちそうです。

参加された利用者さんから「不器用なのでできるか不安だったが、  
とても素敵なマスクが作れてよかった。」「みんなで楽しくできて  
よかった！」などの感想を聞くことができました。  
今後も、利用者さんに楽しんでいただけるようなプログラムを  
提供していきます！

Aさん作成の説明書  
見ながら作業開始！

手先を器用に使って  
まっすぐ貼り付け！

売り物のような  
マスクが完成！

# 事業所紹介!

より安全・快適に過ごせるように  
レイアウトを変更しました!



個人スペース

## 事業所全体



### ポイント①「長机から個人机へ」

- ・個別訓練も集中して取り組めます
- ・ナチュラル色で心穏やかになれると好評です

### ポイント②「対面を避け、机間の距離を保つ」

- ・ソーシャルディスタンスを保って安全です
- ・導線に余裕ができ、移動もスムーズに

ご利用者様・スタッフ総出で組み立てて愛着も倍増しました。  
随時見学をお待ちしておりますので、お気軽にお問い合わせください。

STEP by STEP  
あなたの「成長」を応援します

## 2021年3月プログラム表

ヒューマングロー高田馬場

	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
AM 朝言		※ペン字⑳			※仕事スキルワーク	
PM 昼言	健康講座⑪ (スモールチェンジ で健康に!)	※仕事スキルワーク	コミュニケーションワーク (雑談)	運動講座EX	コミュニケーションワーク (知識⑥)	
	8	9	10	11	12	13
AM 朝言	※仕事スキルワーク		※ペン字㉑	※仕事スキルワーク		
PM 昼言	運動講座⑪ (ウォーキング)	SST⑪ (電話対応)	ストレス対策講座⑩ (カラーセラピー)	生活スキルアップ⑪ (住まいについて考える)	自己理解ワーク⑪ (自己紹介書の書き方)	
	15	16	17	18	19	20
AM 朝言		※ペン字㉒	※仕事スキルワーク	※仕事スキルワーク		
PM 昼言	ビジネスマナー⑧ (仕事の進め方)	※仕事スキルワーク	就活準備講座⑪ (面接に向けての アドバイス)	健康講座⑫ (効果的な入浴)	フリーコミュニケーション	
	22	23	24	25	26	27
AM 朝言	※ペン字㉓		※仕事スキルワーク		※仕事スキルワーク	
PM 昼言	※仕事スキルワーク	運動講座⑫ (体と脳に効く椅子ヨガ)	コミュニケーションワーク (グループワーク⑥)	生活スキルアップ⑫ (災害に備えて)	SST⑫ (総まとめ)	
	29	30	31			
AM 朝言		※仕事スキルワーク	※ペン字㉔	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <b>&lt;&lt;共通プログラム&gt;&gt;</b>                      AM 11:10~12:00                      PM 13:10~14:00                 </div>		
PM 昼言	コミュニケーションワーク (雑談)	自己理解ワーク⑫ (自己理解)	フリーコミュニケーション			

※仕事スキルワークに参加希望の場合はシフト表を提出ください。

※ペン字は希望者のみ



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  
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  
お気軽にお問い合わせ下さい

JR山手線 高田馬場駅 戸山口(南)改札 徒歩1分  
西武新宿線 高田馬場駅 戸山口(北)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

