

# ヒューマングロー 葛西駅前通信

発行：就労移行支援事業所 就労定着支援事業所 Tel：03-6808-7920  
ヒューマングロー葛西駅前 Fax：03-6808-7921

12月号

企業実習に行ったほうがいい、とは聞くけど、  
どんな事をするの？どんなことができるの？  
実際に実習をした利用者さんにインタビューを行いました！

## 企業実習

ってどんな感じ？  
利用者に  
インタビュー  
しました！

Q1 企業実習を受けようと思った理由は？

企業とのミスマッチを避けたいと思ったからです。  
実際に企業で作業をしてみて、環境や仕事内容は自分に合っているのか、  
また私が企業に求められる能力を持っているのか、見て欲しかったのが理由です。

Q2 企業実習ではどのようなことを行ったんでしょうか

データ入力や、社内メール便の配布など、実際のお仕事を体験させて頂きました。

Q3 実習を通して見つけた、ご自身の強みは何ですか

慎重な性格が活かせる、データ入力や書類のチェック作業は得意だと気づきました。  
今までは、慎重過ぎるのは短所だと思っていたのですが、  
実習先の担当者から「慎重に作業できるのは良いこと」と評価いただき、強みだと気づきました。

Q4 ご自身の課題は何か見つけられましたか

チームで作業をする時に、遠慮をして質問などの自己発信が出来なかったことです。  
現在、改めてこの課題を訓練しております。

Q5 企業実習を通して、これからの就職活動の意気込みをどうぞ

企業実習は実際の仕事を体験できるいい機会だと感じております。  
これからも機会があれば、是非とも企業実習に参加したいと思っています。  
そして、実習の経験を糧に、内定まで進めたいと考えております。



UNO!

初めて聞くルールも  
あり、スタッフも  
ちょっと混乱...

キャット  
& チョコレート  
ピンチの場面を、手持ちの  
アイテムカードで乗り切ります！  
「うまい！」と思わせたら  
勝ち！！

11/16  
カードゲーム  
大会

【避難訓練のーコマ】

一時避難場所はビルの前。  
利用者が全員いるかどうか、  
確認している様子です。

# 避難訓練を実施しました！

緊急地震速報のアラームを鳴らしたので、緊迫感のある訓練になりました。事業所の6階から非常階段を使い、全員無事避難することができました。



地震を想定したので、まず机の下にもぐり、身を守ります。

10月31日に避難訓練を実施しました！今回は強い地震があったことを想定し、広域避難場所への避難をしました。



## 事前に確認したいポイント

### ① 避難場所や避難経路

自分たちの地域で想定される災害について考えてみる。江戸川区は23区の中でも特に浸水しやすい地域です。洪水や津波による浸水想定地域や避難所・高台の場所を事前に確認しておきましょう！



### ② ご家族同士の安否確認方法

別々の場所にいるときに災害が発生した場合でも、お互いの安否が確認できるよう、日頃から安否確認の方法や集合場所について話し合っておきましょう。災害用伝言ダイヤルサービス「171」などもあります！

### ③ 避難に支援が必要な場合

一人での避難が困難な方は、支援者の方としっかり話し合い、避難方法や避難場所、避難経路を確認しておきましょう。またヘルプカードを持っていることで、災害時に周囲の配慮や手助けをお願いしやすくなります。



皆さまもぜひ確認してみてくださいね。

ヒューマングロー 葛西駅前							2019年 12月 プログラム表						
日曜日	月曜日		火曜日	水曜日		木曜日	金曜日		土曜日		日曜日		
1	2	A M 作業訓練	3	A M 作業訓練	4	A M 作業訓練	5	A M 作業訓練	6	A M コミュニケーション雑談 第5回 コミュニケーションを楽しもう	7	A M 作業訓練	
		P M 健康講座 第5回 インフルエンザ、感染症から身を守る		P M 就活準備講座 第5回 様々な働き方を知ろう		P M ストレス対策講座 第5回 リフレーミング②		P M 仕事に活かせるペン字講座 第5回 リフレッシュペン字②		P M ビジネスマナー 第5回 話し方・聞き方		P M リフレッシュ 「ベビーカーラブリ」	
8	9	A M 作業訓練	10	A M 運動講座 第3回 ウォーキング	11	A M 作業訓練	12	A M 作業訓練	13	A M 作業訓練	14	A M 作業訓練	
		P M 生活スキルアップ 第5回 掃除のポイント②		P M コミュニケーション・知識 第5回 相手の気持ちを押し量る		P M 自己理解ワーク 第5回 第一印象ワーク		P M SST 第17回 目標振り返し		P M コミュニケーション・グループワーク 第3回 テーマトーク		P M リフレッシュ 「クリスマス会」	
15	16	A M 作業訓練	17	A M 作業訓練	18	A M 作業訓練	19	A M 作業訓練	20	A M コミュニケーション雑談 第6回 コミュニケーションを楽しもう	21	A M 作業訓練	
		P M 健康講座 第6回 年末年始の過ごし方		P M 就活準備講座 第6回 JIL-ワーク求人の特徴方法を知る		P M ストレス対策講座 第6回 ストレスコーピング		P M 仕事に活かせるペン字講座 第6回 ビジネスペン字③		P M ビジネスマナー 第6回 来客対応の基本・訪問のマナー		P M リフレッシュ 「クリスマス会」	
22	23	A M 作業訓練	24	A M 運動講座 第4回 椅子ヨガ・呼吸法	25	A M 作業訓練	26	A M 作業訓練	27	A M 大掃除	28	A M 大掃除	
		P M 生活スキルアップ 第6回 買い物のポイント		P M コミュニケーション・知識 第6回 距離感で変わるコミュニケーション		P M 自己理解ワーク 第6回 強み探しワーク		P M SST 第18回 自分に必要な配慮を伝える		P M 忘年会		P M 忘年会	
29	30	31		1	2	3	4		5		6		
		贈り物		冬景色	冬景色	冬景色	冬景色		冬景色		冬景色		
<p>※交通費補助あり(～12,000円) ※※火・金にお弁当支給あり                  諸事情により予定が変更になる場合があります</p>													

STEP by STEP

あなたの「成長」を応援します

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 葛西駅前

東京都江戸川区東葛西6-2-8 第2ユタカビル6F

Tel :03-6808-7920

Fax:03-6808-7921

東京メトロ東西線葛西駅 徒歩1分

見学  
体験  
募集中

