

ヒューマングロー 高田馬場通信

2025
7月号発行：就労移行支援事業所／就労定着支援事業所
ヒューマングロー高田馬場2025年7月時点ですでに**6名**の就職決定！

ヒューマングロー-高田馬場と7月就職事例のご紹介

ヒューマングロー-高田馬場って どんなところ？

ヒューマングロー高田馬場は、障害や難病をお持ちの方が、一般企業への就労に向けて訓練をする就労移行支援事業所です。障害者総合支援法に定められた福祉サービスの1つです。

18歳から64歳までの障害や難病のある方が利用できます。障害者手帳や自立支援医療受給者証をお持ちでなくても、主治医の診断書や定期的な通院があれば利用できる場合があります。

ご利用までの流れ

- STEP 1** お問い合わせ
スタッフが丁寧に説明いたします。お電話やHPなどからお気軽にご連絡ください。また、資料請求も承っております。
- STEP 2** 見学・相談
事業所をご見学いただけます。支援内容の説明や所内を案内いたします。働くことに関するお悩みもお聞きしています。
- STEP 3** プログラム体験
3日程度の体験をご案内しております。実際にプログラムやPC訓練に触れ、利用後のイメージを掴んでいただけます。
- STEP 4** 各種手続き
就労移行支援事業は福祉サービスのため、各自治体で手続きが必要となります。スタッフが丁寧にサポートいたしますのでご安心ください。
- STEP 5**
いよいよ利用開始です。あなたのペースに合わせて通所日数や訓練内容を考えていきます！

見学予約・お問合せはこちら

☎03-6908-7923

受付時間：平日 9:00～18:00（年末年始を除く）

WEBからも

ヒューマングロー高田馬場



Mさんにインタビュー

Mさん 情報

20代 女性
障害：強迫性障害
職種：クリーニング業
利用期間：1年9カ月

自分の目標に向かいコツコツ努力を重ねてきた、頑張り屋のMさん。通所後しばらくはビジネスマナーやコミュニケーションの学習に取り組み、事務職での就職を目指し資格も取得しました。

訓練を続ける中で自分の「本当にやりたい事」が見つかり、家族やスタッフとも相談した結果、働きながら進学を目指すことに。通所を続けるうちに強迫性障害の症状も落ち付いたため事務職にこだわらず、進学準備と両立しやすく得意な手先の作業を生かせる職場での就職を決めました。

▶ ヒューマングローに通いだしたきっかけは？

インターネットで障害者の仕事について調べていた際に就労移行支援事業所というものを知りました。見学後、数回訓練の体験をして通所を決めました。所内の落ち着いた雰囲気、PCやテキストの必要な設備がそろっていて過ごしやすかったことが決め手となりました。

▶ スタッフの対応、サポートはいかがでしたか？

皆さん明るく、優しく対応していただき、人見知りの私でもすぐに話しかけやすい状態になれたので良かったです。応募書類の添削や面接応答のアドバイスをもらって助かりました。

▶ 就職が決まった今のお気持ちは？

少し不安はありますが新しい仕事は楽しみでもあります。就職が決まったことにより安心感もあり、今はワクワクの方が勝っています。

就職後の定着支援

ヒューマングロー高田馬場では、就職後も定期的な面談を行い、勤務を続けられるようにサポートしています。

※詳しい支援内容は、ヒューマングロー高田馬場までお問合せください。

ヒューマングローの共通プログラムをご紹介します！

ヒューマングロー高田馬場では、13種類のプログラムを行っています。本日は、その第1弾として4つのプログラムの内容をご紹介します。

ご自身の体調や就活スケジュールに合わせて、必要なプログラムを受講していただくことができます。また、プログラムの形式は、座学やロールプレイ、グループワークなど様々ですので、取り組みやすいものから始めることも可能です。気になるプログラムがございましたら、お気軽にお問合せください。

【共通プログラム】 ※このほかにもさまざまなプログラムをご用意しております。

| | | |
|----|----------|---|
| 生活 | 生活スキルアップ | 就職を目指す段階及び就労を継続していく中で、生活の自立と安定を図る為に必要な生活スキル（家事や金銭管理・時間管理等）を学びます。 |
| 就活 | 就活準備講座 | 就職するために必要な基礎的知識や心構えを学びます。自分に合った仕事の探し方や応募書類の書き方、面接準備の方法の実践的な内容も練習します。 |
| 作業 | 仕事スキルワーク | 職場での疑似作業等を行い、正確性・速さ・集中力の向上を図ります。「報告・連絡・相談」の仕方や時間管理など、仕事に必要なコミュニケーションスキルの向上も目指します。 |

STEP by STEP
あなたの「成長」を応援します



2025年7月プログラム表



| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|-------|----------------------------|------------------------------------|---|-------------------------------|--------------------------------------|-------|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| AM 朝会 | 7月 | 就活準備講座⑦ 企業研究をしてみよう ※実践編 | 運動講座⑦ 体と脳に効く椅子ヨガ | 仕事スキルワーク 郵便業務・仕分け | コミュニケーション 雑談 | | |
| PM 昼会 | | 仕事スキルワーク 資料セット | 12時間閉所 | 生活スキルアップ⑦ 正しい洗濯の仕方を知ろう | 仕事スキルワーク PC訓練・PDF化 | | |
| AM 朝会 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| AM 朝会 | 自己理解ワーク⑦ やりたいことワーク | 仕事スキルワーク 電話応対 | ストレス対策講座⑤ 考え方のクセを知ると気分は 変えられる？～認知の歪み～ | 仕事スキルワーク 郵便業務 郵便料金①普通郵便 | ビジネスマナー④ 敬語 | 土曜日開所 | |
| PM 昼会 | ペン字 ⑩ | SST⑦ 上手に断る | 12時間閉所 | 健康講座⑦ 睡眠負債に気を付けよう | 仕事スキルワーク ピッキング | | |
| AM 朝会 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| AM 朝会 | 生活スキルアップ⑧ スケジュール管理 | 仕事スキルワーク PC訓練・PDF化 | 仕事スキルワーク 郵便料金②料金後納郵便 | ペン字 ⑩ | 仕事スキルワーク PC訓練・データ入力 | 土曜日開所 | |
| PM 昼会 | 運動講座⑧ 運動と睡眠 | コミュニケーション 知識④ 伝わる報告・連絡・相談の仕方 | 12時間閉所 | 仕事スキルワーク 電話応対 | 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～ | | |
| AM 朝会 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| AM 朝会 | ペン字 ⑩ | 個別訓練 | 自己理解ワーク⑧ 良いこと（ポジティブ）探し | 仕事スキルワーク 郵便業務 郵便料金①普通郵便 | 仕事スキルワーク PC訓練・印刷設定 | | |
| PM 昼会 | 仕事スキルワーク 郵便業務・仕分け | 仕事スキルワーク ピッキング | 12時間閉所 | 健康講座⑧ 手軽にツボ押し | ビジネスマナー⑤ 時間管理 | | |
| AM 朝会 | 28 | 29 | 30 | 31 | | | |
| AM 朝会 | ストレス対策講座⑥ 一人でできるリフレッシュ法 | 仕事スキルワーク PC訓練・データ入力 | SST⑧ 話の組み立て方① ～仕事の報告～ | 仕事スキルワーク ピッキング | | | |
| PM 昼会 | 仕事スキルワーク 電話応対 | ペン字 ⑩ | 12時間閉所 | コミュニケーション 雑談 | | | |

※毎週水曜日 は12時間閉所です
※プログラム実施日は変更になる場合があります
※事業所開所時間 10:00～15:00
(プログラム AM:11:00～12:00 PM:13:00～14:00)



ヒューマングロー高田馬場

03-6908-7923

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

見学予約・お問合せはこちら

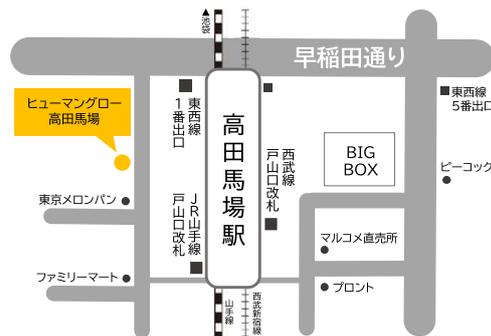
随時、見学・体験を受け付けております
電話またはホームページの申込フォームからご連絡ください！

03-6908-7923

受付時間：平日 9:00～18:00（年末年始を除く）

WEBからも ヒューマングロー高田馬場

携帯からの
お申込みはこちら！



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2分
東京メトロ東西線 高田馬場駅 1番出口 徒歩2分

高田馬場駅から徒歩1分！