

ヒューマングロー 板橋通信

No.076号 (2023年1月発行)

2023年
-1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

新年あけましておめでとうございます

旧年中は皆さまから温かいご支援とご協力を賜り、心より感謝申し上げます。
本年も皆さまに寄り添い、より良い支援を提供できるよう尽力して参りますので、
変わらぬお引き立ての程よろしくお願い申し上げます。

ヒューマングロー板橋スタッフ一同



2022年の振り返りと2023年の抱負 漢字一文字で表現しよう！

板橋事業所で年末の恒例行事となった「今年の漢字&来年の漢字」の発表イベントを行いました。

2022年の振り返りで1番多く選ばれたものは“**変**”という漢字で「病気になって大きく変わってしまった」という話や「通所を初めて変化の多い1年だった」という話が出ていました。

2023年の抱負では「様々なことに挑戦していきたい」という気持ちから“**挑**”という漢字や、「来年こそ就職したい」という気持ちから“**就**”“**職**”、「楽しい1年にしたい」という気持ちから“**楽**”“**喜**”などの漢字があがっていました。



2023年も様々な出来事があると思いますが、
一歩ずつ目標に向かっていきましょう！

大掃除の様子

毎年年末はご利用者の皆さんと大掃除を行っています。協力して丁寧に作業をしてくださり、いつも気持ちよく新年を迎えることができています。



アクリル板拭き
教本整理



イスのネジ点検



扇風機片付け

大掃除で気持ちもスッキリ！

🌸 見学・体験受付中 🌸

見学・体験は随時受付中です！
2023年新たなことに挑戦してみたい方、
一歩踏み出してみたい方、気軽に
お問合せください♪

☎ 03 - 6905 - 7177

お電話が苦手な方はホームページの
申込フォームをご利用ください。



ぽれぽれの日 板橋区熱帯環境植物館

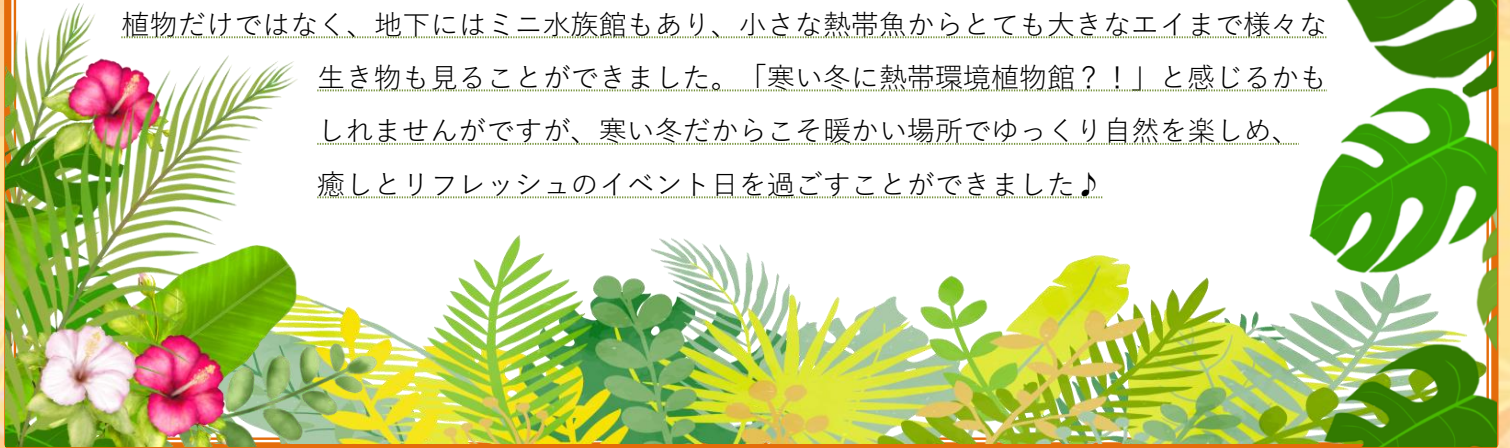


土曜のイベントで板橋区高島平にある熱帯環境植物館に行きました！

館内は東南アジアの熱帯雨林が再現されており、700種2000本の豊富な植物が展示されています。

日常ではなかなか見ることができない面白い植物も多く、ご利用者の皆さんと写真を撮ったり、お話ししながらのんびりと館内を回ることができました。

植物だけではなく、地下にはミニ水族館もあり、小さな熱帯魚からとても大きなエイまで様々な生き物も見ることができました。「寒い冬に熱帯環境植物館?!」と感じるかもしれませんが、寒い冬だからこそ暖かい場所でゆっくり自然を楽しめ、癒しとリフレッシュのイベント日を過ごすことができました♪



STEP by STEP あなたの「成長」を応援します		2023年1月プログラム表					ヒューマングロー板橋 ☎03-6905-7177																																																							
	月	火	水 4	木 5	金 6	土 7	日 8																																																							
AM 朝言	<p>12/29~1/3はお休みです。 体調に気を付けて、ゆっくりと お過ごしください。</p>	<p>2023年も宜しくお願 い申し上げます!!</p>	コミュニケーションワーク 雑談	健康講座 第6回 睡眠負債に 気を付けよう	タイピング	<p>ぽれぽれの日</p> <p>書き初め大会 ☆2023年の抱負は 何ですか?</p>																																																								
PM 昼言			集中カアップ プログラム	面接練習 (人数制限あり)	自己理解ワーク 第7回 やりたいことワーク			AM 朝言	ぽれぽれの日 初詣『増上寺』 ☆新年の無事と平安を 祈願しましょう♪	仕事スキルワーク	ストレス対策講座 第6回 一人でできる リフレッシュ法をやってみよう	面接練習 (人数制限あり)	就活準備講座 第7回 企業研究をしてみよう ※特例子会社編	14	15	PM 昼言		運動講座 第7回 体と脳に効く椅子ヨガ	ペン字 第19回	生活スキルアップ講座 第7回 正しい洗濯の仕方を知ろう	コミュニケーションワーク 雑談			AM 朝言	仕事スキルワーク	ビジネスマナー講座 第5回 時間管理	集中カアップ プログラム	ダイエット講座	生活スキルアップ講座 第8回 スケジュール管理	21	22	PM 昼言	健康講座 第7回 手軽にツボ押し	面接練習 (人数制限あり)	SST 第7回 上手に断る	仕事スキルワーク	コミュニケーションワーク (グループワーク) 第4回 配置特定ゲーム	ぽれぽれの日 ヒューマングロー 月音楽の日♪		AM 朝言	自己理解ワーク 第8回 良い事(ポジティブ)探し	コミュニケーションワーク ～知識～ 第4回 距離感で変わる コミュニケーション	こころの講座 こころを知って 自己理解を深めよう	運動講座 第8回 運動と睡眠	仕事スキルワーク	28	29	PM 昼言	室内健康運動	仕事スキルワーク	面接練習 (人数制限あり)	文章カトレーニング	ビジネスマナー講座 第6回 報告・連絡・相談			AM 朝言	ペン字 第20回	SST 第8回 話の組み立て方① ～仕事の報告～	<p>面接練習もぜひご参加ください！ 申し込みは2日前までをお願いします。</p> <p>その他、電話訓練も対応しますので、 ご希望の方は担当スタッフまで♪</p>			<p>HAPPY NEW YEAR</p>
AM 朝言	ぽれぽれの日 初詣『増上寺』 ☆新年の無事と平安を 祈願しましょう♪	仕事スキルワーク	ストレス対策講座 第6回 一人でできる リフレッシュ法をやってみよう	面接練習 (人数制限あり)	就活準備講座 第7回 企業研究をしてみよう ※特例子会社編	14	15																																																							
PM 昼言		運動講座 第7回 体と脳に効く椅子ヨガ	ペン字 第19回	生活スキルアップ講座 第7回 正しい洗濯の仕方を知ろう	コミュニケーションワーク 雑談																																																									
AM 朝言	仕事スキルワーク	ビジネスマナー講座 第5回 時間管理	集中カアップ プログラム	ダイエット講座	生活スキルアップ講座 第8回 スケジュール管理	21	22																																																							
PM 昼言	健康講座 第7回 手軽にツボ押し	面接練習 (人数制限あり)	SST 第7回 上手に断る	仕事スキルワーク	コミュニケーションワーク (グループワーク) 第4回 配置特定ゲーム	ぽれぽれの日 ヒューマングロー 月音楽の日♪																																																								
AM 朝言	自己理解ワーク 第8回 良い事(ポジティブ)探し	コミュニケーションワーク ～知識～ 第4回 距離感で変わる コミュニケーション	こころの講座 こころを知って 自己理解を深めよう	運動講座 第8回 運動と睡眠	仕事スキルワーク	28	29																																																							
PM 昼言	室内健康運動	仕事スキルワーク	面接練習 (人数制限あり)	文章カトレーニング	ビジネスマナー講座 第6回 報告・連絡・相談																																																									
AM 朝言	ペン字 第20回	SST 第8回 話の組み立て方① ～仕事の報告～	<p>面接練習もぜひご参加ください！ 申し込みは2日前までをお願いします。</p> <p>その他、電話訓練も対応しますので、 ご希望の方は担当スタッフまで♪</p>			<p>HAPPY NEW YEAR</p>																																																								
PM 昼言	就活準備講座 第8回 企業見学・実習を知ろう ～卒業生の事例紹介～	コミュニケーションワーク 雑談																																																												

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