

ヒューマングロー 葛西駅前通信

10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 葛西駅前

Tel：03-6808-7920
Fax：03-6808-7921

祝！就職決定

Sさんの就職インタビュー

利用者 Sさん

30代 男性

就労移行：約2年利用

就職先：物流業・軽作業業務



この度、およそ2年の訓練期間を経て、利用者Sさんの就職が決定いたしました！

① 就職の決め手は？

ハローワークの求人票をみて、仕事内容がこれまでの職務経験から、合っているかなと思いました。
また、面談後の見学で実際の現場をみて、働くイメージができたこと。
そして、そこで働くことに不安があまりなかったのが決め手だと思います。

② 就職活動で大変だったことはなんですか？

以前に事務補助の経験があり、
同じような仕事がしたくて実習に何回かチャレンジしたのですが、
なかなか内定がとれなかったことが辛かったです。
PCに関する知識はあるものの操作に難しさを感じていたため、
就職活動の後半には進路について悩み、スタッフと相談した結果、
別の経験としてあった軽作業の仕事を探すようにしました。

③ HGに通って成長できたこと、自信がついたこと

コミュニケーションをとることに苦手意識があったのですが、
昼コミュやプログラムに参加していく内に、
少しずつ話せるようになったことです。
また、MOSの資格をとれたことが自信につながりました。

④ これから就職を目指す方々にメッセージをお願いします

職場見学や実習は是非受けてほしいです。
企業の実際のこと知れるので、体験するのは良いと思います。
また、ヒューマングローのスタッフは親身になってくれるので、
皆さんも真摯に受け止めて今後に活かしてください。

新型コロナウイルスにより、
求人数や企業の採用活動にも影響が出ていますが、
ヒューマングローでは今後も皆さんが安心して就職を目指すよう、
サポートをしていきます！

ヒューマングローを知ろう！～お昼の体操って？～

ヒューマングロー葛西駅前では、
 毎日昼礼の後に音楽に合わせた体操を行っています！
 具体的には身体全体のストレッチや肩甲骨回しやスクワットなど。
 座り仕事で凝り固まりやすい部分を中心にリズムに合わせて動かしていきます。
 なぜ、体操をするかという理由と…その理由は2つ！

① 気持ちの切り替え

昼食後は、
 どうしても眠くなりやすいため
 運動をせず訓練になってしまうと
 集中力が途切れやすくなります。
 気持ちを切り替え集中するために
 行います！

② 身体づくり/体力づくり

通所を始めたばかりだと、
 特に体力に自信のない方が多いです。
 通所するだけでもある程度の
 体力づくりにはなりますがスクワットなど
 短時間でも筋肉を使う運動をすることで、
 疲れにくい身体づくりを目指します！

音楽に合わせてリズムカルに進むので、運動が苦手という人でも大丈夫！

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
27	28	29	30	1	2	3
		共通プログラム 午前 11:10~12:00 仕事スキルワークは10:00~ 午後 13:10~14:00 ※内容により変更する場合があります		仕事スキルワーク 生活スキルアップ 第1回 自立とはなにか	健康講座 第1回 おいしく健康	おっ!
4	5	6	7	8	9	10
	仕事スキルワーク コミュニケーションワーク雑談 第1回 会話を楽しもう	ストレス対策講座 第1回 ストレスとは？	仕事スキルワーク 就活準備講座 第1回 就活準備とは	仕事スキルワーク コミュニケーションワーク知識 第1回 会話とは	リフレッシュ スクラッチアート	
11	12	13	14	15	16	17
	仕事スキルワーク 運動講座 第1回 体と脳に効く椅子ヨガ	自己理解ワーク 第1回 〇〇な人ワーク	仕事スキルワーク SST 第1回 SSTとは	仕事スキルワーク ビジネスマナー 第1回 ビジネスマナーとは	健康講座 第2回 歯の健康新常識	
18	19	20	21	22	23	24
	仕事スキルワーク コミュニケーションワーク雑談 第2回 会話を楽しもう	ストレス対策講座 第2回 ストレスになりそうなこと	仕事スキルワーク 就活準備講座 第2回 障害者雇用のメリットと 企業が求める人材像	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1回 映画作品決め	生活スキルアップ 第2回 身だしなみを整える	
25	26	27	28	29	30	31
	仕事スキルワーク 運動講座 第2回 ウォーキング	自己理解ワーク 第2回 自分史ワーク	仕事スキルワーク SST 第2回 会話を始める+続ける	仕事スキルワーク ビジネスマナー 第2回 挨拶	リフレッシュ ハロウィンゲーム大会	

※ 交通費補助あり(～12,000円)
 該事情により予定が変更になる場合があります

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

