

# ヒューマングロー 板橋通信



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

冬はあまり好きではないスタッフKSです。ですので、今回のテーマは季節感全く無視のお菓子3番対決で盛り上がりましょう。

まず1回戦は『きのこの山』と『たけのこの里』の因縁の対決。2019年の再選挙は、なんと、新きのこ党の初勝利となったようです。新きのこ党のマツジュン党首に対する新たけのこ党はミワ党首、なんかずるいような気がします。私はというと断然たけのこ派。尖ったたけのこの先は歯ぐきの裏側をつんつんする感じがたまりません(笑)。来年はまた巻き返してやりますよ。

第2回戦はちょっと渋い対決。『源氏パイ』対『平家パイ』。恐らくは皆さんはハート型の『源氏パイ』をご存じのはず。サクサクして、つつい手が伸びてしまいます。でも、私KS推しは断然、『平家パイ』の方なんです。昔はレーズンパイと呼ばれていたと言えばお分かりの方もいらっしゃるのでは。上にレーズンが乗ったしっとりパイを食べてしまうと、いかに人気のある源氏パイと言えどもタジタジでしょう。欠点はボロボロと食べかすが落ちまくることでしょうか。知っている方はこぼさない食べ方を私に教えてほしいものです。但し、残念ながら売上としては7対3で源氏パイの圧勝だそうです。

そして最後第3回戦は、今や関東から撤退してしまった伝説のスナック菓子の王者『カール』さんです。私はカールの絶対的センターは常日頃からカレー味で決まりと思っていたのですが、さにあらず。現実にはチーズ味45%、うす味35%の支持率に対し、わが愛するカレー味は19%に過ぎなかったようです(その他1%)。また残念なことに、時代と共にカール自体の人气が下がり、カールは東日本での販売から撤退、西日本限定でチーズ味と、うす味がかるうじて生き残り、愛するカレー味に至っては2年半前に生産自体が終了してしまいました。TV広告を見ながら、♪それにつけてもおやつは・・・♪な～んてフレーズも、過去のものになってしまいうんて、時の流れは残酷なものです。

以上、今回のお菓子対決3番勝負はなんと私の3連敗となってしまいました。少数意見も大切ですよね(涙)・・・(スタッフKS)



## 『名物プログラム紹介 ～自己理解ワーク～』

ヒューマングロー板橋の名物プログラム筆頭！  
『自己理解ワーク』を紹介させていただきます！

『自己理解ワーク』とは、自分の生い立ちや経歴・出来事など‘自分の経験の振り返り’や、それらに対する自分の「気持ち」「考え」「感じ方」を‘振り返り’していくことで、「自分ってどんな人間なんだろう？」と、自分自身を客観的に見つめなおしてみるプログラムです。

その効果はもう絶大^^



『自己理解ワーク』を進めていくと、「あ！実は自分ってこんなことを考えてたのかっ！！！」とか^^、  
「あ、実は自分ってこんなところがあったのかっ！！！」とか^^、  
新しい自分を発見することが出来るんです。

そして、さらに、「あ！実は自分ってこんな可能性を持っているんじゃないかっ！！！」と、  
新しい自分の、新しい未来に出会えていくんです。

つまり、『自己理解ワーク』とは、生きるのが楽しくなる‘希望’の講座。ぜひ、あなたも体験してみては？



## 祝☆新春イベント『スポーツ交流会』

あの！突然なんですけど！  
どうか、どうか！紹介させてくださいっ！！！！  
そうです！ヒューマングロー板橋、新春イベント『スポーツ交流会』が開催されたんです！  
私のこの興奮はなぜか・・・？それはもう圧倒的に楽しかったからです^^  
当日行われたのは、  
「バドミントン」「ポッチャ」「バスケット」「フラフープ」。  
この4種目でメンバー一同、大暴れ致しました(笑)



「お正月でナマったカラダをほぐしましょー」  
な～んてゆるいきっかけではじまったこの企画だったのですが・・・

当日、蓋を開けてみたら、白熱の極み！！  
開催場所の「障害者スポーツセンター」にはヒューマングロー勢‘歓喜のシャウト’が響き渡りました！翌日には、もうさっそく「次回はいつですか?!」のリクエストが(笑)

ぜひ！あなたもヒューマングロー名物『スポーツ交流会』を体験してみては？！



## ヒューマングロー板橋 ‘驚異の大型ルーキー’ ついに見参！

1月よりヒューマングロー板橋でお世話になっております近藤と申します。  
東村山に家族（妻、小学生男子、雄猫、各1）と暮らしております。

これまでは物販や、WEBサイト制作の現場で働いておりました。  
物販では玩具・自転車の販売に携わっており、WEBでは食料自給率向上施策のためのサイト、それに東京都のパリンピック周知サイトの制作などに関わらせていただきました。

利用者の皆さまの成長のため、少しでもお役に立てればと思っております。至らない点も多いかとは思いますが、日々、精一杯務めさせていただきますので、どうぞよろしくお願いいたします！！！！



## 2019年2月のプログラム STEP by STEP

### STEP by STEP 2020年2月スケジュール表

あなたの「成長」応援します

ヒューマングロー板橋

	月	火	水	木	金
	3	4	5	6	7
AM	朝言 コミュニケーション トレーニング(雑談)	コミュニケーション トレーニング(知識)	コミュニケーション トレーニング(グループワーク)		作業訓練
PM	昼言 健康講座	プログラムなし	仕事に活かせるペン字	自己理解ワーク ～自分Wikipedia～	就活準備講座 ～履歴書を作ってみよう～
	10	11、建国記念の日	12	13	14
AM	朝言 コミュニケーション トレーニング(雑談)	コミュニケーション トレーニング(雑談)			作業訓練
PM	昼言 運動講座	SST	仕事に活かせるペン字	ストレス対策講座 ～アンガーマネジメント～	ビジネスマナー講座 ～電話対応～
	17	18	19	20	21
AM	朝言 コミュニケーション トレーニング(雑談)	コミュニケーション トレーニング(知識)	コミュニケーション トレーニング(グループワーク)		作業訓練
PM	昼言 健康講座	生活スキルアッププログラム	仕事に活かせるペン字	運動講座	就活準備講座 ～職務経歴書を作ってみよう～
	24、振替休日	25	26	27	28
AM	朝言 コミュニケーション トレーニング(雑談)	コミュニケーション トレーニング(雑談)			作業訓練
PM	昼言 SS	運動講座	仕事に活かせるペン字	自己理解ワーク ～自己紹介書の書き方～	ビジネスマナー講座 ～情報収集とメディア活用～
AM	朝言 「お弁当会」 1日(土) 11日(火) 15日(土) 24日(月) 29日(土)	1(土) DVD鑑賞会 (アンケート実施)	15(土) 座談会 詳細は後日公開!	29(土) プレゼン交流会 詳細は後日公開	

プログラムは午前10:10～11:00、午後14:10～15:00開催 諸事情により予定が変更になる場合があります。

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ブ様)

見学・体験 随時受付中

まずはお気軽にお問合せください

就労移行支援事業所  
就労定着支援事業所  
東京都指定 障害福祉サービス  
**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



最寄駅からのアクセス：新板橋駅 徒歩2分、板橋駅・下板橋駅 徒歩6分