



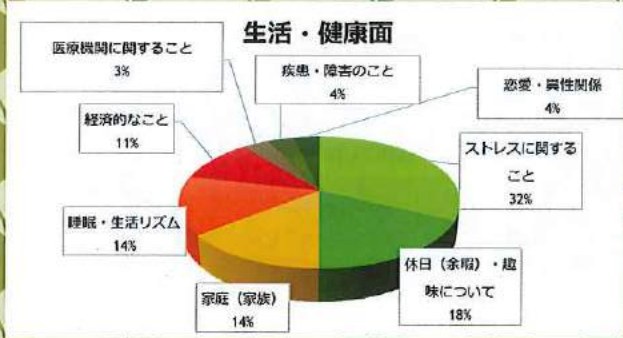
ひゅーまにあ千葉東通信

2017年9月号

(旧：総合研修センター)

★★
 ～個別面談について～

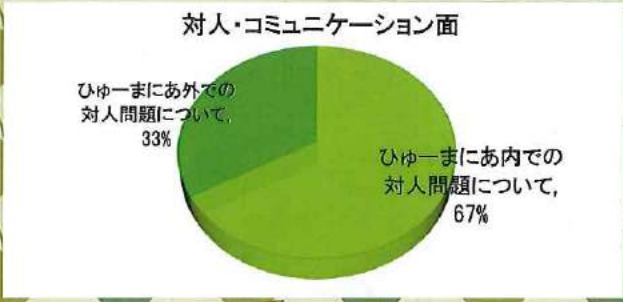
(個別面談とは)
 作業のことや就職活動をしていく中で困ったことを、スタッフと一対一で面談を行いアドバイスをもちに今後の活動に役立てています。



①生活・健康面
 ストレスに関する相談が圧倒的に多い。個別面談においてはストレスの原因となる悩みをスタッフに相談し、解決につなげるよう努めている。



②作業・訓練面
 グラフを見て言えることは、事業所の訓練で何をすればいいかという相談が多いということ。何を改善するか、どうスキルアップするかなど、訓練の方向性を検討している。



③対人・コミュニケーション面
 事業所内での対人関係についての相談が多いことがわかる。利用者内での人間関係に問題を感じたとき、個別面談でスタッフに相談して、どのようにコミュニケーションを取ればよいか話し合っている。



④就職活動面
 応募企業の検討と企業見学・実習についての相談が多い。就職の方向性を相談し、自身にマッチする企業をスタッフの意見を交えながら考えている。

全体(総評)
 全体で見ると、個別面談での相談内容は就職活動に関する話題が一番多いようだ。就労移行支援事業所特有のものでもあるのだろうが、将来、職に就く上で不安や疑問を抱えている人が多いからではないだろうか。

その他利用者の声

- ・経済的なことでの悩みを聞いてもらって、焦る気持ちを我慢したり、クリニックの先生との話を共有したりしています。
- ・勉強したい事(マナー、資格など)・やるべき課題を相談し優先順位をつけ、訓練中に取り組む課題を絞り込んでいった。
- ・対人関係で苦手と感じた方がいたが、スタッフに相談することで他の見方ができるようになり、その後良好な関係になれた。
- ・職種について悩んでいた時に、スタッフから見た私の長所を教えて頂けて、それを活かせるような職種を検討した。

発行：ひゅーまにあ千葉東
 作成：ひゅーまにあ千葉東利用者一同

体幹エクササイズ講座



8月の新講座として「体幹エクササイズ講座」を実施しました。今なにかと話題の「体幹」。鍛えることで日頃の姿勢を綺麗に見せたり、パソコン作業で凝り固まった筋肉をほぐしたり、リフレッシュにも効果大といわれています。講座ではヨガマットを敷いて動きやすい服装に着替え、スタッフの指示のもといろいろなエクササイズを体験していただきました。



ゆっくりとした動作ながらもじんわりと汗が出てきて、終わった後は「良い運動をした」という感想も聞かれました。来月もまた実施予定です。

(スタッフ)

ひゅーまにあ千葉東 月間プログラム予定表

ひゅーまにあ千葉東の最大の特徴は、より就労現場に近い形で実践的な訓練が出来ることです。さまざまな場面を想定した模擬就労訓練や企業実習を通して、自分の『強み』『弱み』を今以上に知り、それを就職活動に生かしていきます。

(利用時間：9:30～16:30)

31	1 AM 個別作業 PM 「ひゅーま」 相集会議	2 AM 個別作業 PM 集団作業	3 AM 個別作業 PM 怒りの感情 との上手な 付き合い方	4 AM 個別作業 PM 個別作業	5 ＜特別開所＞ お笑いライブ or ビュッフェ
7 AM 個別作業 PM 就職準備 講座	8 AM 個別作業 PM JST	9 AM 個別作業 PM 集団作業	10 AM 個別作業 PM 「ひゅーま」 レイアウト ミーティング	11 山の日	12
14 AM 個別作業 PM 体幹エクササイズ 講座 NEW	15 AM 個別作業 PM JST	16 AM 個別作業 PM 集団作業	17 AM 個別作業 PM 怒りの感情 との上手な 付き合い方	18 AM 個別作業 PM 特別講座	19 ＜特別開所＞ 企業所実体
21 AM 個別作業 PM 就職準備 講座	22 AM 個別作業 PM JST	23 AM 個別作業 PM 集団作業	24 AM 個別作業 PM 自己理解・ 他者理解講座	25 お弁当の日 (AMのみ)	26
28 AM 個別作業 PM 就職準備 講座	29 AM 個別作業 PM JST	30 AM 個別作業 PM 集団作業	31 AM 個別作業 PM プレゼン講座	1	2

※上記は直近の一例です。プログラムは変更になる場合がございます。

見学・体験 随時受付中!

ひゅーまにあ千葉・千葉中央・千葉東は、障がいのある方の就労をサポートする就労移行支援事業所です。見学・体験利用など随時受け付けております。まずはお気軽にお問い合わせ下さい。

ひゅーまにあ千葉

千葉県千葉市中央区富士見2-8-14
エキニア千葉4F

ひゅーまにあ千葉中央

千葉県千葉市中央区富士見2-7-5
富士見ハynesビル9F

ひゅーまにあ千葉東 (旧：総合研修センター)

千葉県千葉市中央区栄町36-10
YS千葉中央ビル4F

043-307-3160

見学・体験のお問い合わせは (担当：小川)

