

# ひゅーまにあ 八王子通信 2018年1月号



第16号（2018年1月発行）  
発行：ひゅーまにあ八王子  
住所：八王子市東町3-11  
プレイム八王子ビル5階  
TEL：042-646-0536  
営業時間：9:00～18:00  
定休日：土日祝日  
HP：<https://ch-j.co.jp/>  
Mail：[humania\\_hachioji@ch-j.jp](mailto:humania_hachioji@ch-j.jp)

## ～トレーニング紹介～ 就労体験



より実際の職場に近い体験ができる「就労体験」を実施しました。

### ～就労体験のルール～

- ・就労体験では企業で働いてからのことを見据え通常より長い時間(9:30～16:30)のトレーニングを行うことができます。
- ・休憩時間はお昼のみとなり他の時間で必要な場合は職員へ申し出ます。
- ・マニュアルを見ながら作業を進めます。分からなければ職員へ質問や確認をします。
- ・決められた時間に進捗状況を報告します。
- ・服装はスーツです。

### ～データベース作成～



### ～組み立て作業～



### ～ピッキング～



### ～スキャニング～



### ～データ入力～



### ～参加された利用者の感想～



1日単位での参加が出来たのでチャレンジしやすかったです。  
毎月参加してみたいです。  
自分の作業負荷が実践形式で知れてよかったです。





## イベント紹介 ～ひゅーまにあカップ～

ひゅーまにあでは毎年、法人の創立記念に全事業所(23か所)対抗のボウリング大会「ひゅーまにあカップ」を開催しています。ストライクやスペアの後はハイタッチなどで健闘を讃えあいました。

お昼には皆でお弁当を頂きました。普段話さない方とのコミュニケーションも自然と生まれる和やかな雰囲気でのランチとなりました。



## 週間プログラム表

	月	火	水	木	金
10:00~	朝礼(連絡メモトレーニング、挨拶訓練)				
10:10 ~ 11:00	パソコン 事務トレーニング	パソコン 事務トレーニング	パソコン 事務トレーニング	パソコン 事務トレーニング	週間目標 meeting
11:10 ~ 12:00	パソコン 事務トレーニング	第2・4 姿勢矯正講座	パソコン 事務トレーニング	パソコン 事務トレーニング	パソコン 事務トレーニング
12:00 13:00	お昼休み				
13:00 ~ 13:50	【隔週】 メタ認知 /JST講座	オフィスマナー 講座	グループワーク (ディスカッション/作業)	メンタルヘルス 講座	【隔週】 就職準備セミナー /ストレスケア 講座
14:00 ~ 14:50	【隔週】 メタ認知 /JST講座	パソコン 事務トレーニング	グループワーク (ディスカッション/作業)	パソコン 事務トレーニング	【隔週】 就職準備セミナー /ストレスケア 講座
~15:00	日誌記入(片付け・検閲)				

週間プログラムの例です。こちらは週5日の例ですが体調に合わせて週1日・1時間からの通所も可能です。様々なプログラムを用意しておりますので、必要に応じて講座やトレーニングを組み合わせることができます。

## 見学・体験・お問合せ お待ちしております



### 就労支援センター ひゅーまにあ八王子

電話 : 042-646-0536

Fax : 042-646-0537

Mail : humania\_hachioji@ch-j.jp

〒192-0082

八王子市東町3-11プレイム八王子ビル5階

受付時間 : 9:00~18:00 (定休日 : 土日祝日)

