

# ひゅーまにあ

## 2月中野通信

### 如月/梅見月

第37号(2018年2月発行)

発行:就労支援センター ひゅーまにあ中野

住所:東京都中野区中野4-7-1 野口ビル3F

TEL:03-5942-8931

Mail:humania\_nakano@ch-j.jp

### 季節のごあいさつ

きびしい寒気の中で、梅のつぼみがほころび始めたようですが、みなさんいかがお過ごしでしょうか。梅は遣唐使の時代(630年~894年)中国から日本に伝来したと言われています。当時は烏梅といわれ、果実よりも梅酢が食薬として珍重されていたそうです。また梅に関する多くの詩歌からうかがい知ることができるよう観賞用としても古くから多くの日本人に親しまれていたことがわかります。

### 就職準備講座『メモの取り方』を開催しました

『メモの取り方について』と題して就職準備講座を行いました。就職すると最初は分からない点が多く出てくると思います。上司や先輩に教わったことを忘れないためにもメモを取りながら仕事をすすめていくことは、とても大切になります。それだけではなく、メモを取ることで仕事に取り組む姿勢の良さや意欲を相手に伝えることもできます。講座ではメモの取る際の要点をお伝えしました。日頃から是非メモを取る習慣を身につけていただければと思います。

### グループワークを行いました

グループワークは、メンバー相互の話し合いを通して、課題の解決を図ったり、必要な態度の形成に至ることを目的としています。それはうまく仕事を進める上でも大切な事になります。

1月に行ったグループワークのお題は『雪山でヘリコプターが不時着したときに運び出す品物の優先順位をつけてください』というものでした。

手順として各自持ち出す品物の順番とその理由を考えていただいた後にグループで話し合い、グループの順位を決めてもらいます。その後、正解を発表して各自が考えた順位とグループで話合っただけの順位とでどちらが正解に近かったか比べていただきました。

いろいろな人の考え方を集めて、さまざまな角度から課題を考えることで一人で考えるより、よりよい答えが見つかることを実感していただけたのではないのでしょうか。和やかな雰囲気の中で皆さんの活発な意見が飛び交いました。

# ひゅーまにあ中野 3周年記念ランチ会を開催しました

ひゅーまにあ中野開設 3周年を記念して、事業所隣りのイタリアンレストラン「TRATTORIA IL FORNELLO」にてランチ会を行いました。当日は多くの利用者さんが集まり、美味しいイタリアンのコース料理の品々に笑顔もはじけ、おしゃべりにも花が咲きました。穏やかな日の光の射し込む雰囲気の良い空間でゆったりとしたひと時を楽しみました。



Buon appetito!



Mangiare!

Buonissimo!

## ☆ 2月講座日程表 ☆ ※ 講座は変更することがあります。

	月	火	水	木	金
AM				1	2 趣味講座
PM				HP 作成講座	
AM	5 硬筆講座	6	7 栄養&ストレッチ	8	9
PM		ボイストレーニング		就職準備講座	Excel 応用
AM	12	13	14	15	16 栄養ストレッチ
PM	振替休日	ボイストレーニング	アサーション	グループワーク	
AM	19 硬筆講座	20	21 栄養&ストレッチ	22	23 AMのみ
PM		ボイストレーニング		就職準備講座	リフレッシュデー
AM	26	27	28 栄養&ストレッチ		
PM	ベーシックマナー	ボイストレーニング	アサーション		

就労支援センター ひゅーまにあ中野

TEL:03-5942-8931

〒164-0001

東京都中野区中野4-7-1

野口ビル3F

Email:humana\_nakano@ch-j.jp

Web:http://www.ch-j.jp/



中野駅北口より徒歩7分

見学・体験随時受付中!

就労支援センター ひゅーまにあ中野は、  
障害や難病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。

