



# ひゅーまにあ 宇都宮通信

# 11 月号



2017年11月号

発行：就労支援センター  
ひゅーまにあ宇都宮

住所：栃木県宇都宮市江野町6-15  
大立ビル4F

営業時間：9:00～18:00

定休日：土日祝日

TEL：028-678-5385

Mail：h\_utsunomiya@ch-j.jp

HP：http://www.ch-j.jp

11月は、季節を表す方式の七十二候が立冬初候になり、「山茶始開」と山茶花が咲き始めます。山茶花は、多くの花が冬休みに入るなか咲き始め、童謡「たきび」にも登場するなど枯れた冬の風景を温かい色で彩ります。また、過酷な冬に花を咲かせるため、「困難に打ち克つ」といった花言葉がある健気な花でもあります。お出かけの際には山茶花を探し、心を温めてみてはいかがでしょうか？  
(スタッフ延藤)

## ひゅーまにあ流 就職メソッド

見学や体験に参加された方から、「どんな風に就職に至るの？」というご質問をよくお受けします。今回はそのご質問に時系列でお答えいたします。また、10月に就職したMさんと昨年9月に就職したTさんからメッセージが届きましたので、併せてご紹介します。

### 見学 じっくり見学

見学は随時、受付けております。見学会も毎月開催しております。ご連絡お待ちしております。



### 体験 体験プログラムに挑戦

日にち、時間帯、内容等、ご希望に沿って体験いただけます。

### 利用開始 利用スタート!

豊富なプログラムの中から、お一人おひとりに合った訓練を提供しています。

### 1年半～2年 本格的に就職活動を開始

企業研究、履歴書、職務経歴書の作成補助だけでなく、面接練習や面接へのスタッフ同行も行っています。



### 6か月～1年 通所日数や訓練内容を増やす

通所日数を増やしたり、訓練内容の変更や職場実習への参加をしたりと、ステップアップできるよう、支援しています。

### 3か月頃 グループワークや集団作業へ参加

他の利用者さんたちと関わりを持ち、対人スキルを磨く場を設けています。



### 就職 書類選考や面接を経て、採用の連絡!

**祝** スタッフや利用者さんとともに、就職した方をお祝いしています。

<10月から製造業で働き始めたMさんより>  
「PCスキルの習得や職業訓練のほか、コミュニケーションの練習にも取り組みました。スタッフのご指導のおかげで、自分に自信を持てるようになりました。利用者の皆様のおかげで、相手の意見を受け入れる心を育むことも出来ました。感謝の気持ちでいっぱいです。ありがとうございました。」

### 就職後 アフターフォロー

職場訪問や電話にて近況をお伺いしています。長く定着して働けるよう支援します。

<昨年9月に小売店に就職したTさんより>  
「1年を振り返ると、棚卸訓練が今の業務に直結していました。体調が悪いときは、自分なりに工夫し仕切り直すことができました。また、就職後もひゅーまにあと関わりがあることは安心感がありました。就職活動を始める皆さんへ。落ち着いて就活していけば、必ず見つかります。応援しています。」

## 講座

### 『職業準備性ピラミッド(職業適性)』

シリーズ最終回として、職業準備性ピラミッドの最上段“職業適性”についてお話しました。また、個人ワークとして、働く理由やどんなところで働きたいかなどを書き出してもらい、今後進路を決めていく際の手法を体験してもらいました。

(スタッフ市川)



### 『VRT (職業レディネス・テスト) 体験講座』

54枚のカードを用いて自分の興味のある仕事の領域や職種を知る職業適性検査を行いました。自分の興味のある仕事を明確化することによって、求められるスキルが明確になります。自分の進む方向性に合わせて訓練を合致させ、希望職種に応募できるよう検査を活用していきましょう。(スタッフ宍戸)



# 今月のひとこと

私は昔から、人とのコミュニケーションをとることが苦手でした。

通所を始めてから、利用者さんの方から声をかけてくれたり助けられることが増えてきて、今は自分から声をかけたり教えたりすることができるようになりました。

お昼休みに、他の利用者さんとお話しながら過ごす時間がとても楽しいです。(S.A)



## グループワーク

### 『栃木県の観光客を2倍に増やそう!』

今回のグループワークでは、どのようにすれば栃木県の良さをアピール出来るかを話し合っていました。一人一人の意見をまとめることの難しさを感じられながらも、皆さんが協力して素晴らしいアイデアを出されていました。

(スタッフ齋藤)



## イベント

### 『休日開所とたこ焼きパーティー』

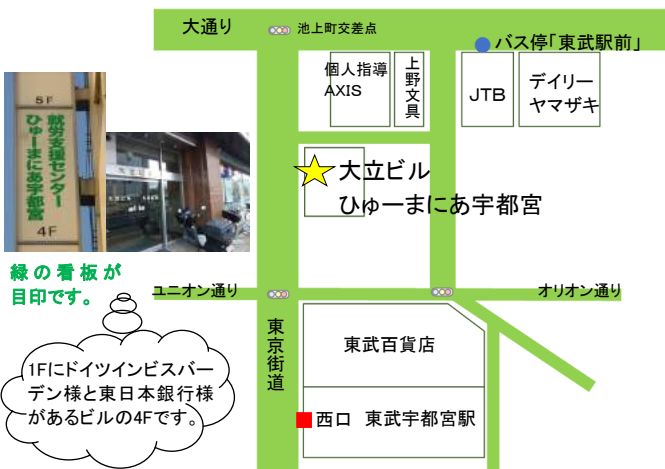
休日開所として通常の作業を行った後、おもちやエビ、トマト、デザート用にあんこやりんご等、色んな具材を用意してのたこ焼きパーティーを実施しました。変わり種の具材が多く、「どんな味がするのか?」とドキドキしながらのたこ焼きパーティーを楽しみました。

(スタッフ梅野)



## アクセスマップ

JR宇都宮駅⇒



緑の看板が目印です。

1Fにドイツインビスパーデン様と東日本銀行様があるビルの4Fです。

### ～東武宇都宮駅から～

西口を出た後、大通りに向かって徒歩5分。ドイツインビスパーデン様と東日本銀行様の間にあるドアが入口です。

### ～JR宇都宮駅から～

JR宇都宮駅西口から関東自動車バスにて約5分「東武駅前」下車。池上町交差点を左折すると、ドイツインビスパーデン様が入っているビル4階です。

## ひゅーまにあ11月予定表

| 日  | 月                 | 火  | 水                             | 木            | 金                | 土                |
|----|-------------------|----|-------------------------------|--------------|------------------|------------------|
|    |                   |    | 1<br>姿勢矯正                     | 2            | 3<br>イベント<br>芋煮会 | 4                |
| 5  | 6<br>講座           | 7  | 8                             | 9            | 10               | 11               |
| 12 | 13                | 14 | 15<br>姿勢矯正                    | 16           | 17               | 18               |
| 19 | 20<br>見学会         | 21 | 22                            | 23<br>勤労感謝の日 | 24               | 25<br>休日開所<br>講座 |
| 26 | 27<br>スーツの日<br>講座 | 28 | 29<br>グループワーク<br>リフレッシュ<br>デイ | 30           |                  |                  |



11月の花：山茶花  
花言葉：「困難に打ち克つ」「ひたむきさ」



## お知らせ

ひゅーまにあ宇都宮では、ブログやFacebookを更新しております。施設内の日常や講座の様子、イベントなどがつづられていますので、ぜひ覗いてみてください！

ブログ：<http://h-utsunomiya.blogspot.jp/>

Facebook：<https://www.facebook.com/humania.utsunomiya>

就活は愉快だ宇都宮

UTSUNOMIYA

携帯から見られます！



ブログのQRコード

## ～見学・体験利用のご案内～

ひゅーまにあ宇都宮は、障害のある方の就労をサポートする就労移行支援施設です。パソコンの訓練や職場実習など(利用期間は最長で2年)を通して、就労に必要なスキルを身につけることができます。興味・関心のある方は、お気軽にご連絡下さい。見学・体験入所を随時受け付けております。

TEL：028-678-5385

E-mail：[h\\_utsunomiya@ch-j.jp](mailto:h_utsunomiya@ch-j.jp)

FAX:028-678-5395