



ひゅーまにあ 宇都宮通信

10月号

2017年10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

秋といえは、日本にも、昔からある行事として“お月見”があります。今年は10月4日が十五夜。10月9日は満月となり、月を楽しめる日が多そうです。慌ただしい日々のなかで空を見上げる機会も減ったのではないのでしょうか。月の光には癒しの効果があるそうです。お団子やすずきを準備しなくても、帰り道、ふと夜空を見上げ、お月見気分を味わってみても良いかもしれませんね。
(スタッフ梅野)

10月度 見学会のご案内

日程：10月24日(火)午後13:30～14:30(タイピング体験・集団作業見学)

ビジネス訓練紹介

ひゅーまにあ宇都宮では、少人数（1～5名）で5種類のビジネス訓練を行っています。社会人として必要とされるスキルを学んでもらい、就職後に少しでも役立つよう、よりきめ細かな指導を行っています。内容や、現在通所している利用者さんの好みなどまとめました。

訓練内容

それぞれ実践的な部分だけでなく、マナー面や集中力、応用力を身に着けることができる内容となっております。また、繰り返し行うことで、定着を図ります。

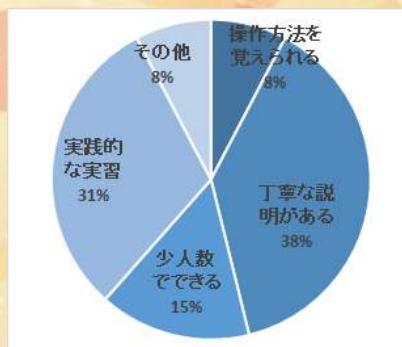


【電話訓練の様子】

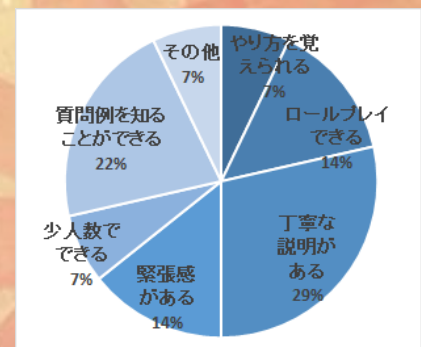
利用者さんの好きな ビジネス訓練ランキング

- 👑 1位 PC訓練
- 2位 面接訓練
- 3位 お茶出し訓練
- 4位 硬筆訓練
- 5位 電話訓練

1位 PC訓練の好きな理由



2位 面接訓練の好きな理由



講座

『面接の達人』

就職活動の成否は面接にあるといえます。面接では履歴書の内容について質問がなされます。これは、履歴書の書き方を工夫することによって、面接を有利に進めることが出来るということです。面接官の印象に残る履歴書の書き方をマスターしましょう。

(スタッフ穴戸)



『スーツを着よう!!』

合同面接会に向けた身だしなみ講座を行いました。第一印象で人を判断する際、判断材料の50%以上が外見からといわれ、身だしなみを整えることは非常に大切です。身だしなみを整えて面接に臨み、良い結果を勝ち取りましょう！ (スタッフ延藤)



今月のひとこと

少しずつ秋めいてきました。秋は食欲や読書やスポーツやらの秋と呼ばれるだけあり、屋内外を問わず活動がしやすい季節です。

この季節だからこそできる事というのは焼き芋ぐらいしか私は思いつきませんが、新しい趣味を見つけるには丁度いい季節かもしれません。夜も長くなりますし、趣味になりそうなことを探してみたいか。

はいかがでしょうか。
(Y.M)



グループワーク

『プレミアムフライデー特別ランチメニューを考えよう!』

栄養バランスを考えるきっかけになればと思い、栄養表を参考にしながら、ランチメニューを考えてもらいました。話し合いも過熱し、どのグループも興味深く美味しそうなメニューが完成していました。(スタッフ市川)



イベント

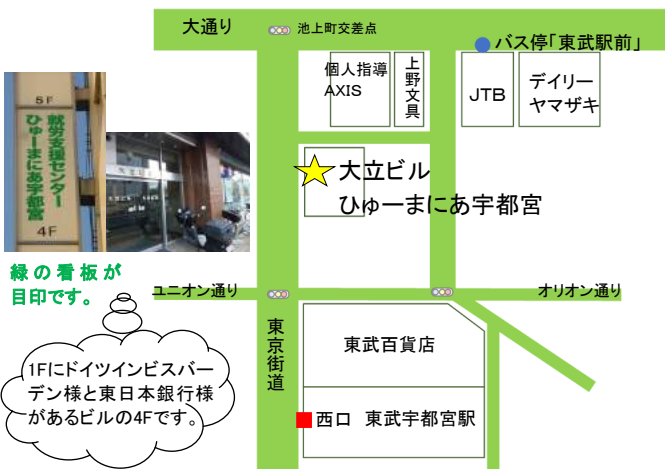
『秋の映画鑑賞会』

余暇活動の一つとして、昨年話題作『君の名は。』を鑑賞しました。ポップコーンをお渡しして、映画館のような気分を味わってもらいました。参加した利用者さんからは「去年観たいなあと思っていたので、見れてよかった!」「今日で3回目!」など盛り上がりました。(スタッフ市川)



アクセスマップ

JR宇都宮駅→



～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。ドイツインビバ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、ドイツインビバーデン様が入っているビル4階です。

ひゅーまにあ10月予定表

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4 姿勢矯正	5	6	7
8	9 体育の日	10 講座	11	12	13	14 イベント 調理
15	16	17	18 姿勢矯正	19	20	21 休日開所 講座
22	23	24 見学会	25 グループワーク リフレッシュ デイ	26	27	28
29	30 スーツの日 講座	31				

10月の花：金木犀
花言葉：「謙虚」「気高い人」

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

FAX:028-678-5395