

# ひゅーまにあ日本橋通信

第57号(2017年7月発行)  
 発行:株式会社チャレンジドジャパン  
 住所:東京都中央区日本橋大伝馬町  
 17-4綱川ビル4階  
 TEL:03-6661-7423  
 営業時間:9:00~18:00  
 定休日:土日祝日  
 H P: http://www.ch-j.jp  
 Mail: humania\_nihonbashi@ch-j.jp



～シリーズで就労に関する社会資源や働き方をご紹介します～

「障害者就職面接会」をご存知ですか?この面接会はハローワークが主催しており、都内全域を対象としたものが年に2回と、各地域で開催されるものが年に1回ずつあります。都内全域のものは200を超える企業が参加し、ひゅーまにあ日本橋でもこの面接会から就職した方がいらっしゃいます。



## ストレスに関する特別講座を行ないました

特別講座として「ストレスとの向き合い方・付き合い方」講座を行ないました。

ストレスがなぜ、こういった仕組みで生じるのか。ストレスを解消するにはどんな方法があるのか。また、そもそも溜めないためにはどうしたら良いのか等をお伝えしました。

参加した利用者さんからは、「新しい考え方を知ることができた」、「聞いたことを実践していきたい」、「私生活にも仕事にも生かしたい」など、役立ったという感想をたくさんいただきとても好評でした。



## 勤続1周年記念コメント!

ひゅーまにあから就職された方が勤続1周年を迎えた記念にコメントをいただきました!

私の現在の主な業務は、学校用教材の受発注、在庫管理、請求書の作成などです。仕事をしてよかった事は、一日を終えた時に感じる達成感です。仕事をしていて大変なことは、成果と責任が求められることです。体調管理に気を付け、一定の結果をあげられるよう、小休憩を頂きながら集中力を保っています。

ひゅーまにあの定着支援では、メールでの相談や、月に一度ほど面談があり、貴重なアドバイスを頂いております。メールや面談で、仕事上で一番辛かった時期に支えて頂いたことは、今でも感謝しており忘れられない思い出です。



## 7月のプログラム



曜日	月	火	水	木	金
※パソコンや個別のトレーニングは毎日行っています。					
	3	4	5	6	7
AM		オフィス マナー	漢検講座	ペン字 講座	趣味講座 姿勢矯正
PM	内面グループ ワーク	就職準備 セミナー	集団グループ ワーク	JST	
	10	11	12	13	14
AM		オフィス マナー	漢検講座	ペン字 講座	
PM	内面グループ ワーク		作業 プログラム	JST	趣味講座 羊毛・バンド
	17	18	19	20	21
AM	海の日	オフィス マナー	漢検講座	ペン字 講座	趣味講座 姿勢矯正
PM		就職準備 セミナー	集団グループ ワーク	JST	
	24	25	26	27	28
AM		オフィス マナー	漢検講座	ペン字 講座	
PM	内面グループ ワーク		作業 プログラム	JST	趣味講座 羊毛・バンド
	31				
AM					
PM	内面グループ ワーク				





## スイーツバイキングに行きました！



土曜日にイベント開所し、「甘いもので癒されよう！」というコンセプトのもと、上野にある食べ放題のお店「スイーツパラダイス」に行ってきました。

ケーキやチョコレートフォンデュなどのスイーツはもちろん、サラダやパスタも食べることができ大満足でした。

参加された方からは「スイーツ以外にもいろいろなメニューがありとても楽しめた」と感想をいただいています。

食後は不忍池を散歩し、天気にも恵まれ良い時間を過ごすことができました。



## 7月の講座見学&体験会

毎月、見学と体験にオススメの日をお知らせしています！

### <7月の予定>

～ポスター作製・WEBデザインに興味のある方へ～

### 『Illustrator・photoshop 体験会』

#### ◆日時

7月の毎週水曜日&金曜日

10時～18時（最終受付16時）

※お一人様90～120分のお時間となります

※Macを使用します

※複数日ご利用できます

- ポスター作製やWEBデザインに興味がある！
- Illustratorやphotoshopをやってみたい！
- 今あるスキルを伸ばしたい！

などなど、専門技術を体験したい方にオススメです。

自分には難しそう…という印象をお持ちの方もご安心ください。個別にお一人お一人のペースに合わせて体験できます。

また、デザイン系の技術を活用した障害者枠での働き方もご紹介いたします。

**そのほか、生活面の不安から  
就労に関するご相談まで幅広く対応します！**

※定員の関係上、あらかじめご連絡の上お越し下さい。

※上記期間以外の見学も随時受け付けております。お気軽にお問い合わせ下さい。



## 就労移行支援事業所 ひゅーまにあ日本橋 案内図



### <交通案内>

都営新宿線 馬喰横山駅  
 都営浅草線 東日本橋駅  
 日比谷線 小伝馬町駅  
 JR 総武快速線 馬喰町駅  
 各駅より徒歩4分！



QRコードで  
簡単アクセス！