ひゅーまにあ上総通信
2018年2月号

就労支援センター　ひゅーまにあ上総
住所：木更津市清見台3-8-10
大翔ビル1階
電話：0438-38-6582
FAX　：0438-38-6586
BLOG：http://humaniakazusa.blog.fc2.com/

見学・体験随時受付中！

【講座】就労準備講座～体調管理の大切さ～

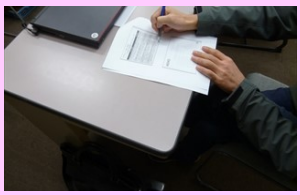
職業準備性ピラミッドの2段目、「日常生活管理の大切さ」について講座を行いました。本テーマには「基本的な生活リズム」や「金銭管理」「余暇の過ごし方」などが当てはまります。

講座ではまず、日常生活に関するセルフチェックを行っていただき、自分の状況について確認する時間を設けました。何ができていて、何ができていないことを把握することは自分を知るという意味でもとても重要なことです。

その後、基本的な生活リズムが整っていない状態では様々な症状が現れること、体調を崩してしまい乱れたリズムを戻すのはとても時間がかかることをお伝えしました。

生活リズムやバランスのとれた食事、余暇の過ごし方などは働き続けるために必要なことです。「仕事が決まってから考える」ではなく、今から考え、自分にあった生活スタイルを模索することが大切です。

講座受講中の様子①


講座受講中の様子②

【余暇活動】第4回ひゅーまにあカップ

チャレンジドジャパン創立9周年を記念し、ひゅーまにあ全事業所対抗のボウリング大会『ひゅーまにあカップ』を開催しました。

今年も多くの方が参加し、富津スターレーンで実施しました。ストライクやスペアがでたときはハイタッチし、利用者さん、スタッフ共に喜びを共有しました。ひゅーまにあ上総は昨年より一つ順位を上げ、11位でした。来年こそは1位を目指していきます！

開会の挨拶

ボウリングの様子

【農作業】～野菜の様子～

ひゅーまにあ上総が行っている畑では、春菊や大根、白菜の収穫を行いました。

今年は昨年と比べて、昨年の長雨の影響で生育が良くなく、例年と比べると半分ぐらいの収穫となりました。

これから春に向けて土の改良等を行うことで例年通りの収穫できるよう準備していきます。じゃがいもやにんじん、玉ねぎ等を植え、カレーセットができればと思います。

畑の様子①

畑の様子②

◇ 見学・体験随時受付中 ◇

ひゅーまにあ上総は障がい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。
見学・体験利用など、随時受け付けております。まずはお気軽にお問い合わせください。

ひゅーまにあ上総ニュース！

ひゅーまにあのホットな話題をお届けします

【職場実習】実習に行かれた方にインタビューしました

2018年1月、2名の方がそれぞれの企業にて実習をしましたので、インタビューしました。

・Aさん（手帳無・就労経験あり）

東京に本社があるB社にて、パソコンを中心とした職場実習をさせて頂きました。PDFファイルを別ファイルに入力する作業や製本作業などを行いました。ひゅーまにあでもデータ入力をしていたため、緊張せず過ごすことができました。

・Bさん（手帳有・就労経験なし）

富津市にある企業で2週間職場体験をしました。大型の機械を使い、金属に穴をあける仕事やバリ取りなどを行いました。初めての職場実習で緊張しましたが、分からないことはスタッフさんが優しく教えてくれたので最終日まで頑張ることができました。

◇ご利用対象者◇

18歳以上65歳未満の方。
「障害福祉サービス受給者証」を取得された方。

◇活動日◇

月曜日～金曜日
10：00～15：00
体調や体力に合わせた通所スケジュールを組みます。

就労を希望する障がいのある方が、就労に向けた知識や能力向上のための訓練を行う施設です。

事業所見学・体験利用
随時受け付けております。

君津・木更津・長浦方面の送迎を行っています。

体験利用の際の送迎も行っていますので、お気軽にお問い合わせください。

体調と相談しながら無理のないペースで進めて行きましょう！！

見学・体験随時受付中！

ひゅーまにあ上総（かずさ）は、障がい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。見学・体験利用など随時受け付けております。まずはお気軽にお問い合わせください。

見学・体験の問い合わせは

0438-38-6582

担当：中重（なかしげ）・佐藤（さとう）まで

木更津駅より車で10分

周辺は閑静な住宅街で訓練に集中できる環境です。