



# ひゅーまにあ 宇都宮通信

# 7 月号

2018年7月号

発行：就労支援センター  
ひゅーまにあ宇都宮

住所：栃木県宇都宮市中央1-1-1  
宇都宮アクシビル3階

営業時間：9:00～18:00

定休日：土日祝日

TEL：028-678-5385

Mail：h\_utsunomiya@ch-jjp

HP：http://www.ch-jjp

祝

この度Iさんの就職が決まりました。Iさんからメッセージが届きましたので、ご紹介いたします。1月から利用を始め、就職活動を進めていく中で困難な事もあったと思いますが、目標に向かって、日々前進していく姿がとても格好良くみえました。本当におめでとうございます！（スタッフ市川）

『私は4月～5月中の就職を目指して活動していました。就職活動をしていて思ったことは、何事も早めに行動に移すこと、とりあえずチャレンジしてみることが大切だということです。その際、スタッフの助言がとても参考になりました。自分では思いつかなかったことを相談しながら進めていく過程は、就労支援ならではのと思いました。』（Iさん、事務職に就職）

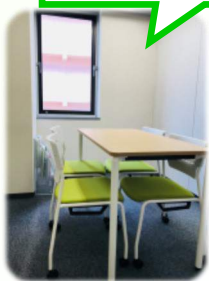


## ひゅーまにあ宇都宮 リニューアルオープン！

開所してから9年目となる7月、ひゅーまにあ宇都宮は移転し、リニューアルしました。たくさんの思い出が詰まり慣れ親しんだ事業所と離れることに寂しさを感じましたが、新ひゅーまにあは、今希望に満ちています。新しい事業所では、これまで以上にオフィスへの通勤がイメージできます。皆さんの就職と就労に向けた支援に一層努めてまいります。今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

<ひゅーまにあ宇都宮事業所内（3F）>

面談室の室内



面談室

窓に面し、これまでよりも明るくなります。

個人BOX置き場

すぐ上に掲示板があるので、予定を把握しやすくなりました。

集団作業棚

大きめの棚で出し入れしやすくなりました。

訓練用机

みなさんが毎日訓練を行う場所も少し広くなりました。

<入口、エントランス（1F）>



<リフレッシュルーム（2F）>



入り口はバリアフリーになっており、建物への出入りも楽々。エントランスはゆったりとした雰囲気です。1Fには広々とした多目的トイレも完備。

少し休憩が出来るようなスペースや室内の喫煙室も。休憩時間にリフレッシュ！

見学会のおしらせ

日時：7月25日（水）13:30～14:30

「働きたいなと思っているけど・・・」「新しいことを初めてみたいけど・・・」そんな不安にお答えいたします！また、併せて施設内の講座で人気だった“職業興味検査”を同時開催します。これからについて、リニューアルした事業所でお話ししてみませんか？



## 講座

### 『挨拶の達人』

講座では実際に声を出して挨拶の練習をしました。職場や家庭のコミュニケーションに欠かせないのが「挨拶」です。挨拶を相手に伝えるためには、姿勢や表情、動作にも気を遣う必要があります。挨拶をレベルアップすることで、コミュニケーションが円滑になります。(スタッフ戸戸)



### 『夏の健康管理』

働き続けるために最重要とされている“健康管理”についてお話ししました。夏場は特に気を付ける必要があります。注意すべきポイントとお助けグッズをご紹介しました。少しでも快適に過ごせるように、生活を工夫し、便利なものを使いながら乗り切っていきましょう。(スタッフ市川)



# 今月のひとこと

この季節の代表的な行事、七夕の由来を調べました。短冊に願い事をするようになったのは江戸時代からで、本来は里芋の葉に溜まった夜露を集めて墨をすり、その墨で梶の葉に文字を綴って習い事の上達を願ったそうです。里芋の葉は神から授かった天の水を受ける傘の役目をしていたと考えられている為、その水で墨をすると文字も上達すると言われていたそうです。私は今年、資格取得の夢が叶う様に短冊に願いを込めてみようと思います。(M.K.)



## グループワーク

### 『良いチーム、悪いチーム』

今回は、チームについて考えて頂きました。チームとは仲の良いものの集まりではなく、共通の目的や目標のために個々が協力関係にある集団を指します。良いチームというものを意識をして、“良い仕事”を行っていきましょう。(スタッフ延藤)



## イベント

### 5/26『クラブ活動』

美術クラブでは塗り絵、絵画、毛糸でポンポン作りなどを行っていました。カラオケクラブでは順番に歌っていき、他の利用者さんの歌に聞き入っていました。どちらのクラブでも、利用者さんの個性が見えた1日となりました。(スタッフ小野)



## 7月の予定

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9 講座	10	11 姿勢矯正	12	13	14
15	16 海の日 8周年 イベント	17	18 姿勢矯正	19	20	21
22	23	24	25 リフレッシュデー グループワーク 見学会	26	27	28 補講日
29	30 スーツの日 講座	31	7月の花:プルメリア 花言葉:『気品』『陽だまり』			

## お知らせ

将来にご不安のある方、ぜひお越しください！  
ひゅーまにあでは、毎月、見学会を行っております。併せて、職業興味検査を行っておりますので、職業選択にどうぞお役立てください。また、個別の見学もできますので、お気軽にご連絡ください。7月は7/25(水)です。

お申し込み・お問合せはこちら  
TEL:028-678-5385  
HP: [http://ch-j.jp/search\\_for/utsunomiya/](http://ch-j.jp/search_for/utsunomiya/)

就活は  
愉快だ  
宇都宮  
UTSUNOMIYA

ブログ・Facebookを更新中！  
ブログでは、講座の様子や訓練やイベント内容などを利用者さんとスタッフが日々更新しています。覗いてみてください！

ブログ: <http://h-utsunomiya.blogspot.jp/>  
Facebook: <https://www.facebook.com/humana.utsunomiya>



## 障がいのある方の就職・社会参加を“とことん”サポート！



就労支援センター

ひゅーまにあ宇都宮

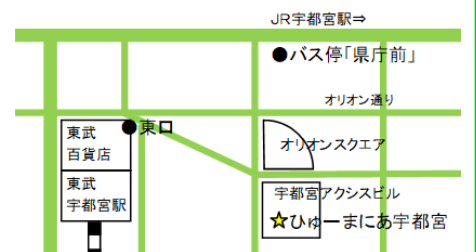
TEL:028-678-5385

**各種訓練**  
生活リズムの構築から事務訓練まで、多様な訓練からカスタマイズ！

**職場実習**  
提携企業先での職場実習を通して、“働く”を体感出来ます。

**就職のその先へ**  
その方の状態やご希望に応じて、就職から定着までをトータルサポート。

**見学  
体験  
受付中**



宇都宮市中央1-1-1 宇都宮アクセスビル3F