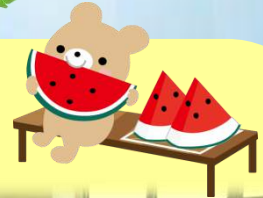




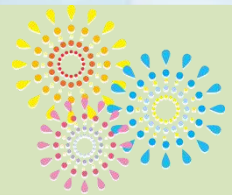
講座のご紹介 姿勢矯正講座

月2回、木曜日の午後に外部講師による、姿勢矯正講座を行っています。
椅子に座って長時間机に向かってしていると、肩がこったり、
腰が痛くなったりしませんか？この講座では、椅子に座りながら
できる首や肩回り、背中、腰の筋肉のストレッチ方法を教えて
いただきます。普段、不調を感じている方でもこの講座に参加する
事によって「肩こりが以前より良くなった」「良い気分転換になった」
との声もいただいています。先生の優しい「お疲れ様でした」
「頑張りましたね」の声掛けに癒されている方も多くいらっしゃいます！
就労後、オフィス等でも利用が出来るとうOB・OGの方からも好評を得ています。
気になる方はお気軽にお問い合わせください。



特別開所のご紹介 陶芸体験

今回、特別開所で初めての陶芸体験を実施。
「手びねり」という手法で、講師の先生に指導頂き、
皆さん真剣な眼差しで好きな器に仕上げていました。
陶芸は初めてという方が大半で、想像以上に楽しいという声が多
く上がっていました。
成形後にスタンプを使い模様付けも行いました。押し力加減が難しく、練習を
してから慎重に押印していました。成形し、次はいよいよ絵付け体験です。
皆さんの仕上がりがとても楽しみです。
今後、初めての企画もたくさん考えています。



3事業所合同の事業所見学会のお知らせ

8月10日(金) 13:30~15:00

千葉・千葉中央・千葉東3事業所合同の事業所見学会を行います。利用に関する様々な疑問や不安にお答え致します。参加される方はお気軽にお問い合わせください。



ひゅーまにあの特徴

ひゅーまにあ千葉/千葉中央では就業時に必要なスキルや作業遂行能力の向上を目指し、様々な取り組みを行っています。また、ご自分のストレスや疲労の傾向を把握し、その対処方法を学び、トータルな視点から長期就業に備えています。



◎コミュニケーション講座



◎メンタルヘルス講座



◎集団作業



◎体力向上講座



◎趣味講座

ひゅーまにあの週間プログラム

下記は時間を含めて一例です。プログラムは、利用される方の体調や現状を考慮して利用日数・利用時間を調整いたします。

	月	火	水	木	金	
AM	集団作業	就労模擬訓練	コミュニケーション講座	個別作業	個別作業	体力向上講座 個別作業
	集団作業	就労模擬訓練	コミュニケーション講座	個別作業	メンタルヘルス講座	体力向上講座 個別作業
PM	個別作業	個別作業	個別作業	就職準備・ ビジネスマナー	ライフスキル トレーニング 個別作業	個別作業 趣味講座
	個別作業 オフィス ヨガ	個別作業	個別作業	就職準備・ ビジネスマナー	個別作業 姿勢矯正	個別作業 趣味講座

見学・体験 随時受付中！

ひゅーまにあ千葉・千葉中央・千葉東は、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下さい。

ひゅーまにあ千葉 TEL043-216-2466
千葉県千葉市中央区富士見 2-8-14
エキニア千葉 4F

ひゅーまにあ千葉中央 TEL043-306-7705
千葉県千葉市中央区富士見 2-7-5
富士見ハynesビル 9F

ひゅーまにあ千葉東 TEL043-307-3160
千葉県千葉市中央区栄町 36-10
YS 千葉中央ビル 4F

