



障がいのある方の就労をサポート ～進路満足度100%へ～

# ひゅーまにあ中野通信

9 2019年  
月号

第56号(2019年9月発行) 発行:株式会社チャレンジドジャパン

## TOP NEWS

## 「LST講座」スタートしました！

LST講座がスタートしました！LSTとは、Life Skills Trainingの略で、健康で快適な日常生活のためのスキルを学ぶための講座です。

衣食住、睡眠、運動、衛生、防災など、それぞれのちょっとしたコツやポイントなどを、全8回にわたってお伝えしていきます。

初回は「清潔な衣服で気持ちも晴れ晴れ」と題し、洗濯の方法、干し方、洗濯表示の見方、収納などについて講義しました。講座の後半にはワークの時間を設け、さっそく実践したいことを考え、皆で共有しました。

講座で使用したレジュメは画像もたくさん掲載されており、就職後も使える内容が盛りだくさんです。見学も可能ですのでぜひ見にいってください！



## NEWS

## 気分一新♪ 快適オフィス空間

ひゅーまにあ中野では開所5年目を迎え、内装を一部リニューアルいたしました。

皆さんが使用する棚は木目調の柔らかい雰囲気のものに変更し、その他の家具にも暖かみのある自然色を取り入れることで、オフィス感を維持しながらもカフェのような居心地の良い空間に仕上げました。

さらに窓側には個別席を設け、体調や特性に合わせて利用していただけるようになっています。

面談室にも観葉植物のガジュマルを置いたことで、よりリラックスしてお話ができる雰囲気となったと皆さんにも喜んでいただいています。



見学・体験 受付中  
お気軽にお問い合わせください



就労支援センター ひゅーまにあ中野



講座内容はご担当者様と事前に打ち合わせを行い決定いたします

# 出張講座

開催費  
無料

障害・難病のある方やご家族、支援者、医療機関の方に向けた出張講座を承っています。参加者の方々が知りたい情報に合わせて、オーダーメイド式講座で開催します。

お気軽にお問い合わせください。担当: 神山



障がいのある方やご家族・関係機関の方対象

要予約

# LST講座

参加  
無料

9月4・18日(月) 13:00~15:00

会場: 就労支援センター ひゅーまにあ中野 時間は変更する場合があります。

## 週間講座予定表

(都合により予定が変更になる場合があります。個別のトレーニングは毎日行なっております。)

	月	火	水	木	金
10:00 ~10:10	朝礼・日報 (出勤記録、セルフチェック)				
AM	個別訓練 (PC・作業・業務管理等)	個別訓練 (PC・作業・業務管理等)	個別訓練 (PC・作業・業務管理等)	個別訓練 (PC・作業・業務管理等)	個別訓練 (PC・作業・業務管理等) 栄養&ストレッチ
12:00 ~13:00	お昼休み				
PM	作業プログラム	(隔週) 就職準備セミナー /グループワーク	(隔週) ボイストレーニング /LST	JST	振り返り /個別訓練 (PC・作業・業務管理等)
14:45 ~15:00	清掃・日報 (退勤記録)				

お問い合わせ・お申込みはこちら

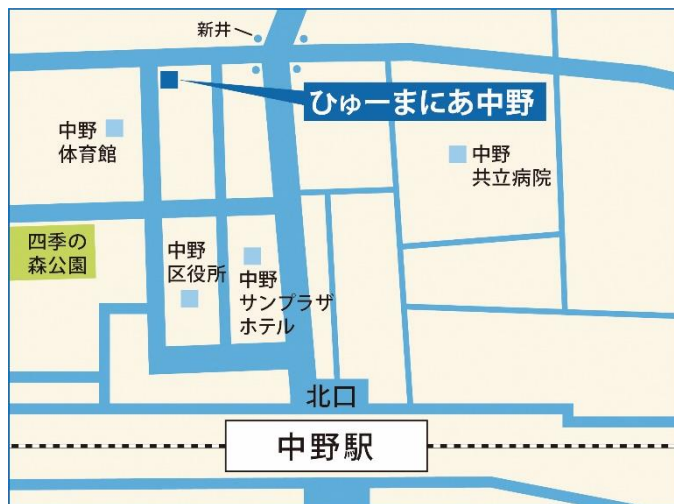
## 就労支援センター ひゅーまにあ中野

〒164-0001 東京都中野区中野4-7-1 野口ビル3F  
〈開所時間〉9:00~18:00 〈定休日〉土日祝日

TEL 03-5942-8931

FAX 03-5942-8932

E-mail humania\_nakano@ch-j.jp



◎中野駅北口より徒歩7分