



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

2020年
2月号

第61号(2020年2月発行) 発行:株式会社チャレンジドジャパン

TOP NEWS

怒りの気持ち、どうしてますか？

怒りの感情を抑えられずに辛いを思いましたことや、他者から怒りの感情をぶつけられて悲しい気持ちになったことはありますか？怒りの感情をいかにコントロールできるか、自分自身を楽にさせてあげられるかが現代社会を上手に生き抜くカギになるのではないのでしょうか。

そこでこの度アイデアヒューマンサポートから講師の方をお迎えし、アンガーマネジメント講座を行いました。

まずは自分の気持ちを知ること、そして自分を把握すること、感情はコントロールできること、適度にイライラを外に出すことが大切であるとお話があり、イライラの放出方法も実践を交えて教えていただき大変貴重な機会となりました。

詳細はブログにも掲載しているので、ぜひ合わせてご覧ください！



NEWS

就職しました！～内定者の声～

就職が決まったYさん(男性・30代・精神)へのインタビュー！

1.勤務先での仕事内容を教えてください

派遣業を営む会社の事務・事務補助職で、受付業務、清掃、文書のPDF化など様々な業務を行う予定となっています。実習を経ての就職ですが、事務職は初めてなので、とにかくやるしかない！と思っています。

2.ひゅーまにあでの生活や就職活動を振り返って、いかがですか？

ひゅーまにあに来て思ったのは、「使えるものはどんどん使っていくのがいい」ということです。書類作成なども、スタッフさんに相談して意見を聞くと第三者の視点で見てもらえました。もともと作っていたものからガラッと書類が変わったこともありましたが、それで選考も通ったので良かったです。就職活動も企業からひゅーまにあに届く求人の紹介が多く、自分一人で探していくだけではなく、こうやって転職できるのは良かったと思います。



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

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

心のスキルアップ講座

参加
無料

『心のクセ』に気付いてそれに上手に働きかけるスキルを学び、職場でより良い人間関係を築いていくコツをつかむ！

講師：ストレス対処法研究所 丸山 里奈氏

日時：2月18日（火） 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	グループワーク	（隔週） ボイストレーニング /ストレスケア	JST	振返り /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

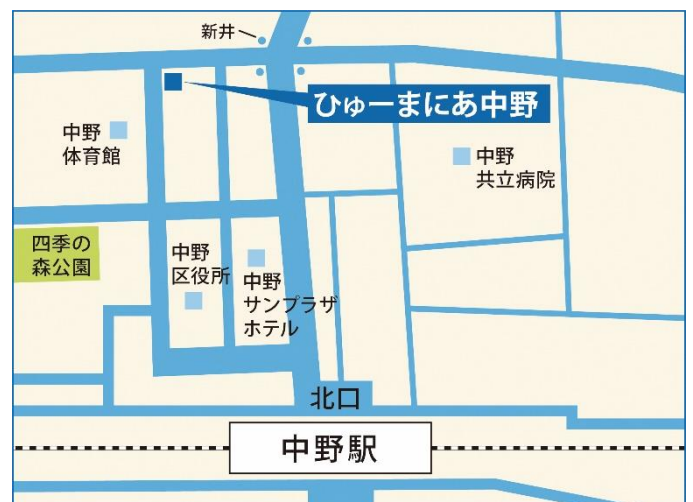
就労支援センター ひゅーまにあ中野

〒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



©JR線・東西線 中野駅北口より徒歩7分