



ひゅーまにあ 宇都宮通信

8

月号



2017年8月号

発行：就労支援センター
ひゅーまにあ宇都宮

住所：栃木県宇都宮市江野町6-15
大立ビル4F

営業時間：9:00～18:00

定休日：土日祝日

TEL：028-678-5385

Mail：h_utsunomiya@ch-j.jp

HP：http://www.ch-j.jp

7月度に1名の就職が決まりました。M.Sさんは笑顔で毎日の職業訓練に取り組み、事務処理の正確性とスピードはトップクラスでした。念願の事務職に就いたM.S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。「ひゅーまにあ宇都宮での職業訓練は毎日が充実していました。分からないことは懇切丁寧に教えて下さり、そのおかげで毎日無理なく訓練ができました。ひゅーまにあ宇都宮では職業訓練のほか、面接練習やビジネスマナー講座があり、安心して就職活動に取り組みました。ありがとうございました。」

M.Sさん、就職おめでとうございます。充実して仕事が続けられるよう、これからも職場定着の支援を続けていきます。



8月度 見学会のご案内

日程:8月21日(月)午後13:30～14:30(タイピング体験・ビジネス訓練見学)

7周年イベント

7月1日でひゅーまにあ宇都宮は8年目を迎えました。この7年間に感謝し、利用者の皆さんとお祝いするイベントを開催しました。今回のイベントのテーマは「皆で楽しみ祝う周年祭」。マジックショー、〇×クイズ、絶対音感クイズ&バンド演奏という充実のプログラムが企画されました。

役割分担

イベントの成功に向けて、利用者の皆さんとスタッフが意見を出し合い、プログラムごとに役割分担を行いました。イベント前日には、施設内に装飾がなされ、それぞれのプログラムの入念なリハーサルが行われました。

チームワーク

イベントは、一人ひとりが役割を担う、チームワークで一つのものを作り上げる、皆で喜びを共有するといったトレーニングの場にもなっています。



【装飾の様子】



【リハーサルの様子】



【マジックショー】



【バンド演奏】

生活支援プログラム

体調管理を行う

生活リズムを整える

体力を付ける

就業に至るまでには、その基盤となる毎日の健康管理と生活管理が重要になります。通所日数を少しずつ増やしながら、生活リズムを整えることが必要です。ひゅーまにあ宇都宮の生活支援プログラムは、個々人の障がい特性と生活環境に合わせた生活支援プログラムで、就労までの基盤づくりをサポートします。

ステップアップで
生活リズムを整える

週3日
PM通所

週5日
PM通所

週5日
フル通所

講座

『アサーションという考え方を知ろう』

お互いの立場や考えを尊重しながら気持ち良くコミュニケーションをとる方法についてお話をしました。自分の気持ちを上手に伝えることができれば、不要なストレスを無くせるばかりか、より良い人間関係を築くことができるでしょう。今後もシリーズで講座を行っていきます。

(スタッフ齋藤)



グループワーク

『サザエさん一家の中で誰を使用する?』

今回は、採用する側の立場に立って、サザエさん一家の中から誰を採用したいかを考えてもらいました。キャラクターの中で一番人気は「カツオ」でした。人懐こい性格と、ユーモラスなキャラクターが人気の理由です。立場を変えてキャラクターを見直す様々な発見がありました。

(スタッフ梅野)



今月のひとこと

私は学生の頃、フライングディスクの競技に熱中していました。何回も練習を重ねて遠くへ飛ばせるようになって、大きな達成感を味わうことができました。

外で行う練習は、暑かったけれど、良い汗をかけたのも嬉しかったです。皆さんも、暑いこの時期だからこそ、スポーツをやってみてはいかがでしょうか。(K・S)



イベント

『駅ビルとランチビュッフェを楽しもう』

JR宇都宮駅の駅ビルにて、ウィンドウショッピングやゲームセンターを楽しみました。その後は、ビュッフェでお腹いっぱいお昼を食べました。色んなお店を見て回ったり、ゲームセンターでは、太鼓の達人が得意な利用者さんと盛り上がったりと皆さん笑顔が沢山見られました。(スタッフ梅野)



イベント

『休日講座 パーソナルカラーレッスン』

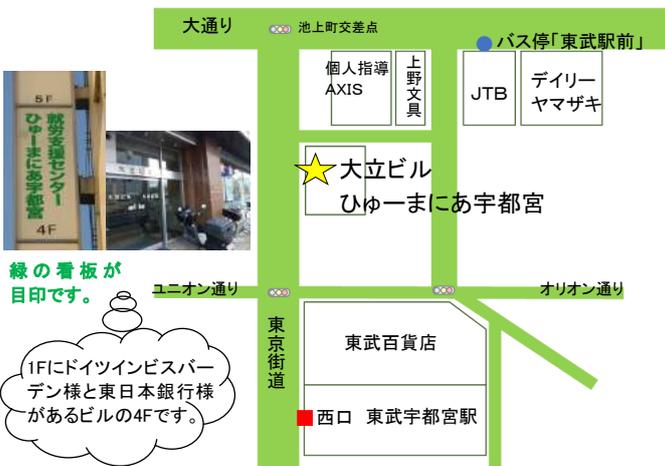
外部講師の方をお招きし、一人ひとりに合う色だけでなく、ネクタイの選び方や眉・ヘアセット、メイクなどより就職活動に直結したアドバイスを頂きました。プロの意見を取り入れ、自信をもって就職活動に臨みましょう!

(スタッフ市川)



アクセスマップ

JR宇都宮駅⇒



～東武宇都宮駅から～

西口を出た後、大通りに向かって徒歩5分。ドイツインビスパーデン様と東日本銀行様の間にあるドアが入口です。

～JR宇都宮駅から～

JR宇都宮駅西口から関東自動車バスにて約5分「東武駅前」下車。池上町交差点を左折すると、ドイツインビスパーデン様が入っているビル4階です。

ひゅーまにあ8月予定表

日	月	火	水	木	金	土
		1	2 姿勢矯正	3	4	5
6	7 講座	8	9	10	11 山の日	12
13	14	15	16 姿勢矯正	17	18	19
20	21 見学会	22	23	24	25	26 休日開所
27	28 スーツの日 講座	29	30 グループワーク リフレッシュ デイ	31		

8月の花：ガーベラ
花言葉：「希望」「常に前進」

お知らせ

ひゅーまにあ宇都宮では、ブログやFacebookを更新しております。施設内の日常や講座の様子、イベントなどがつづられていますので、ぜひ覗いてみてください!

ブログ : <http://h-utsunomiya.blogspot.jp/>

Facebook : <https://www.facebook.com/humania.utsunomiya>

就活は
愉快だ
宇都宮

UTSUNOMIYA

携帯から見られます!



ブログのQRコード

～見学・体験利用のご案内～

ひゅーまにあ宇都宮は、障害のある方の就労をサポートする就労移行支援施設です。パソコンの訓練や職場実習など(利用期間は最長で2年)を通して、就労に必要なスキルを身につけることができます。興味・関心のある方は、お気軽にご連絡下さい。見学・体験入所を随時受け付けております。

TEL : 028-678-5385

E-mail: h_utsunomiya@ch-j.jp

FAX: 028-678-5395