



TOP NEWS

ひゅーまにあ長野 『こだわりのポイント』

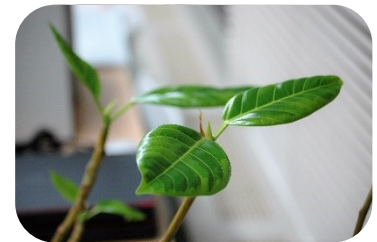
1 「あなた」だけのプログラムを提供します。

事務系のプログラムだけでなく、利用者様に合った形での個別プログラムを幅広く取り入れています。目標を持って取り組めて、達成感の得られるものなら取り組むことは幅広く良いと考えています。達成感の積み重ねで、就職への自信の芽生えを作っていきます。一般的に趣味的と言われるものであっても、仕事と共通する事は意外と多いものなのです



2 まずは、居心地の良い場所を目指します。

様々な生き辛さを感じている方にとって、「毎日通う」という生活リズムを作る事は、ハードルが高いものです。社会の中で自分の居場所が無いと感じている方も少なくありません。まずは、利用する方一人ひとりにとって、通いたくなる居心地の良い場所・環境である事業所でありたいと願っています。



3 企業実習・見学を大切にしています。

事業所内での取り組みから自信の芽生えを獲得し、それを確信にしていくために、企業実習は大きな力を発揮します。遅くとも利用して1年後には企業実習が行える事を一つの目標にしています。



◎就職へ向けたプログラム

- ・ 事務挨拶・身だしなみ
- ・ 電話・来客対応
- ・ 敬語・ビジネス文章
- ・ ビジネスコミュニケーション
- ・ ソーシャルスキルトレーニング
- ・ 障害の理解
- ・ ストレスマネジメント
- ・ グループワーク・レクリエーション

◎就職活動サポート

- ・ 自己PR・志望動機作成
- ・ 履歴書・職務履歴書作成
- ・ 自己分析
- ・ 模擬面接
- ・ 就労パスポート作成

希望の進路をスタッフと一緒に目指して行きましょう。



NEWS

会話がつらいと感じるあなたへ

月曜の午後に開催している「ボイストレーニング講座」では声を出してコミュニケーションをとることに重点を置いて行っています。「会話が苦手」という利用者様がこの講座に出て、声を出す経験を積んでいくと、会話の固定観念が変わり**自信がついた**と感想をいただいています。



TOPIC

『ひゅーまにあ長野』の講座を紹介いたします。

- ◆ メンタルヘルス講座(月曜午前) → 最新のストレス対策 (マインドフルネス・思考の整理)
- ◆ JST講座 <JOB SKILL TRAINING>(火曜午前) → 職場における対人トレーニング
- ◆ 就職準備講座(木曜午前) → 身だしなみから応募書類の書き方や模擬面接まで
- ◆ 集団作業(金曜午前) → ピッキング作業 (チームワーク作業・他者への気づかい等)
- ◆ ボイストレーニング(月曜午後) → 人の前で緊張しないで話せるようにまた聞く側の姿勢
- ◆ 労働に関する制度講座(水曜午前) → 労働契約・税金・社会保障など、働いてからの知識
- ◆ フィットネス講座(水曜午前) → 軽快な音楽にのせて座りながら行うエクササイズ



< 個別支援も充実しています >

まずは見学からいかがでしょうか？



資格取得、企業実習、ハローワーク同行など、あなたにあった支援をいたします！

「見学・体験会」のお問い合わせ・お申込みはこちら

就労支援センター ひゅーまにあ長野

〒380-0821 長野市大字鶴賀上千歳町1137-23 長野1137ビル2階
〈開所時間〉9:00～18:00 〈定休日〉土日祝日

TEL 026-219-5077

FAX 026-219-5078

E-mail humania_nagano@ch-j.jp



◎JR長野駅から徒歩10分 ◎長電長野線『市役所前』から徒歩4分

◎TOiGOから徒歩約2分

