



## TOP NEWS

## 利用者T様の就職が決まりました！

T様(40歳代、男性)は通所され利用期間6ヵ月で、物流企業の仕分け業務に就職しました！

Q：就職活動はどうでしたか？

くじけそうになった時もありましたが、あきらめず応募し続けて採用を勝ち取りました。



Q：ひゅーまにあは就職活動に役立ちましたか？

企業の選択、応募書類の作成や模擬面接など、繰り返し指導して頂きました。

Q：今後の抱負を聞かせてください。

スタートラインに立ったので長く仕事を続けられるように頑張ります！

スタッフ一同、ご活躍をお祈りしております！

## NEWS

## 『昨年の漢字一文字』『新年の抱負』は？

利用者様に『昨年の漢字一文字』と『新年の抱負』をお聞きしました。

新

☆自分自身としっかり向合って自分を理解する年にする！(利用者 Y様)

↳ 仕事をするうえで自己理解は大切ですよね。ひゅーまにあ長野では『就職準備講座』のナビゲーションブック作成で新たに自分を見つめることができます。

悩

☆就職準備性を高めるためにストレス対処法を積極的に活用する！(利用者 O様)

↳ ストレスフルな毎日ですがひゅーまにあ長野では『メンタルヘルス講座』のコーピングを学び自己コントロール力を向上することができます。

挑

☆健康管理に重きを置きつつ、自己研鑽に努めることも怠らず就職活動をする！(利用者 S様)

↳ パソコンはもちろん事務トレーニング、『集団作業』では商品の取り扱いやピッキング、リーダーの役割を学ぶことができます。

静

☆自分の就きたい職業を明確にしてその仕事に就く。(利用者 N様)

↳ ひゅーまにあ長野では定期的に『VRT(職業興味検査)』を実施し職種選択の参考になっています。

変

☆精神面や体調面を整え自分を受け入れてもらえる職場に出会えるよう一生懸命活動する！(利用者 H様)

↳ ひゅーまにあ長野では『ハローワークに同行』いち早く情報を共有し就職活動をお手伝いします。

ひゅーまにあ長野では、各講座を無料で体験できます。(障がいのある方、保護者様、関係者様)



# TOPIC

# 新年のご挨拶

新年あけましておめでとうございます。

旧年中はたいへんお世話になり、ありがとうございました。

私たちは変化していく時代のニーズに合わせながら、ひとりひとりの「働きたい」という気持ちに寄り添い、満足がいく進路決定ができるよう邁進していきたいと思えます。

今後とも、『ひゅーまにあ長野』をよろしくお願ひ致します。 スタッフ一同



## 1月のスケジュール

月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4
					初詣(だるま目入れ)
6	7	8	9	10	11
メンタルヘルス講座 ボイストレーニング	JST講座 日商簿記講座	ストレッチ講座	就職準備講座	集団作業 全体清掃	
13	14	15	16	17	18
新年会 (ごちゃまぜかるた)	JST講座 日商簿記講座	労働に関する制度 講座 10:15~	就職準備講座	集団作業 全体清掃	運動・健康の補講
20	21	22	23	24	25
メンタルヘルス講座 ボイストレーニング	JST講座 日商簿記講座	ストレッチ講座	企業説明会	集団作業 全体清掃	メンタルヘルス講座 特別補講
27	28	29	30	31	
メンタルヘルス講座 ボイストレーニング	JST講座 日商簿記講座		就職準備講座	集団作業 全体清掃	

「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

