

とても雪の少ない今年の冬は  
浅間山に積った雪が一際輝いて見えます。

### ===働くための準備プログラム 第1回「就職準備セミナー」===

ひゅーまにあ軽井沢で提供している「働くための準備プログラム」に関して、主なものをシリーズでご紹介させていただきます。第1回は、一般企業への就職を目指す利用者さんを対象にした「就職準備セミナー」を取り上げます。このセミナーでは、就職した企業で長く働き続けることを最終的な目標とし、そのためにはどのように就職活動を進めていけばよいのかを11回に分けて学習し、理解を深めていきます。自分自身の強みや「大切にしたいこと」、あるいは「配慮してもらいたいこと」などについて自己理解を深める方法、そして企業研究のしかたを学び練習することで、自分を活かし貢献できる企業を選択する「目」を養います。同時に、志望企業にアピールできる履歴書や職務経歴書の作成、面接時の受け答えについても学んでいきます。また、セミナーの冒頭では、健康管理、日常生活管理、対人技能、基本的労働習慣などの観点から、「すでにできていること」「強化すべきこと」を明確にします。強化ポイントについては、ひゅーまにあでのさまざまなトレーニングとプログラムを通じて「できるようになること」を目指し、一般企業に就職するための準備を整えていきます。

### ===トリックアートミュージアム===

1月の余暇支援では、旧軽井沢にある「トリックアートミュージアム」に行ってきました。ここには、見る角度によって絵の形が変わったり、絵が飛び出して見えたり、大きいはずのものが小さく見えたりなど、目の錯覚を利用した絵や作品がたくさんあります。ただ見て眺めるだけでなく、歩きながら角度を変えて見てみたり、飛び出している絵に合わせたポーズをして写真を撮ったり体を使って体験しながら楽しむことができました。利用者の皆さんは「この絵は、こう描いているから動いて見えるんだね」などと、どうして動いて見えたり飛び出して見えるのかを話していたり、楽しみながら絵の技法や目の錯覚について考えている姿がありました。普段からデザイン制作をしている皆さんにとって、新しい刺激になったようでした。



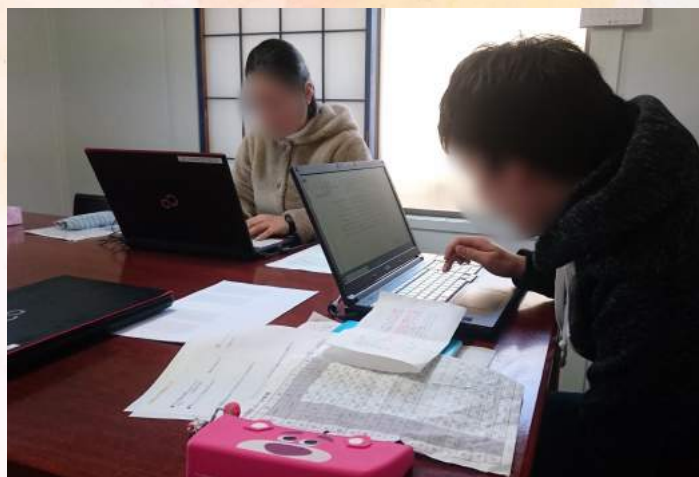
## ===パソコン講座入門編開講===

今月よりパソコン講座の入門編を開講いたしました。誰でも安心して受講できるように、少人数体制で開講しました。一度もパソコンに触ったことがない方もいらっしゃいますので、1からパソコンについて学べるよう毎回テキストもご用意いたしました。第一回目の講座では、パソコンの立ち上げ方から丁寧に説明します。はじめ、多少不安そうな面持ちの方も支援員の近くでテキストを見てゆっくりパソコンに触れていくうちに、少しずつ機械に対しての不安ははらわれていったようでした。ソフトの概要や起動方法を学んだあと、Wordで文字を打つ練習をしていくうちに、次第にキーボードの扱いにも慣れ、一生懸命画面に向かわれている様子がありました。

できないことに直面すると自然と質問が支援員に投げかけられ、課題をクリアした際にはとても晴れやかな表情をする方々がたくさんいらっしゃいました。

終わりに講座の感想を尋ねると、皆さん「楽しく学べた」とおっしゃってくださり、できることが増えることの感動の大きさに、改めて希望を見出せたようでした。今まで数年通所されてきた方の中でパソコンに触れる機会があまりなかった方も、パソコンを通してできることを見つけていくことで、次のステップにつながるきっかけも見つかってゆくのではないかと思います。

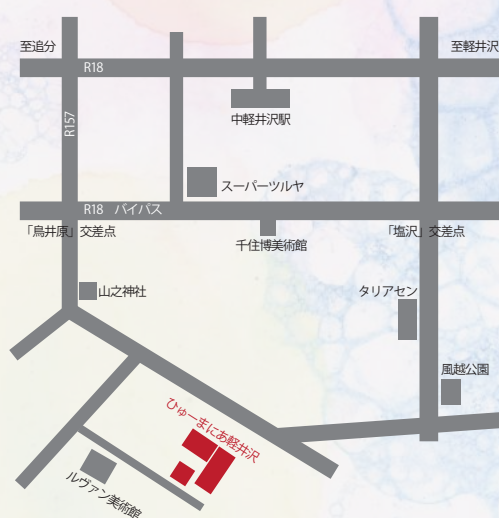
これからも利用者さんの自信につながる支援を提供していきたいと思っております。



RATTA RATTARR(ラッタ ラッタール)は  
ひゅーまにあ軽井沢が企画するデザインとクラフトのブランドならびにアトリエの総称です

URL : rattarattarr.com Instagram : ratta\_rattarr

■■■■■■■■■■ 見学・体験 随時受け付けております ■■■■■■■■■■



ひゅーまにあ軽井沢は就労移行支援および就労継続支援B型の  
就労支援センターです。

障がいのある方の就労をサポートします。

芸術のトレーニングを中心に様々なトレーニングや職場実習など  
を通し、就労に必要なスキルを身につけていただけます。

ご興味、ご関心のある方はお気軽にお問い合わせください。

就労支援センター ひゅーまにあ軽井沢

RATTA RATTARR (ラッタ ラッタール)

〒389-0111 長野県北佐久郡軽井沢町長倉957-63

TEL:0267-31-5181 FAX:0267-31-5182

開所時間:平日9:00-18:00

URL:www.ch-j.jp MAIL:humania\_karuizawa@ch-j.jp