



レクリエーション

前半は人生ゲーム・ジェンガ・トランプの中で、今回私は、人生ゲームをしました。人生ゲームは初だったものの、いつの間にか自分が一番儲かっていて、初のはずだった自分が終了時点で一番貨幣を多く持っていた事に自ら驚きました。後半はひらがなカードでお題に合う種類と文字数の言葉を出すゲームで、自分達のチームがピンチではと焦っていたものの、結果発表で逆に自分達のチームが優勝したと判明し、またも驚いてしまいました。いつの間にか予想外の展開になる事もあるんだなあ、驚きの結果が生まれる事もあるんだなあと感じました。

利用者A

成瀬さんの 特別講座

講座テーマは、「困りごとが楽になる生活改善とエクササイズ」でした。私たちは、不安・緊張や衝動性など、様々な困りごとを感じる場合があります。それらの困りごとに振り回されにくくなる生活改善の1つとして、「ブレインジム」というエクササイズについて学びました。今回、教えて頂いたのは3種類で、例えば胸骨あたりをさすったり、手足を組んだ姿勢を維持したりすることで、不安・緊張を緩和する効果があります。

私自身、生きづらさを感じやすい特性ですが、ブレインジムは手軽に一人でできそうなので、今後も続けていきたいです。

利用者B



実習報告

今回は事務補助という、いままでと違う実習に行っ
て参りました。主にメール便仕分けを行い、名刺を渡
す作業、荷受け作業やグループ会社の書類を渡す業
務もありました。一番勉強になったことは、商品を丁
寧に扱うことです。実習先では、今まで以上に細かい
仕草や丁寧さを求められていたので、私としては苦労
しました。実習先でのミスや注意を受け止め、悪い癖
や言動を直すチャンスだと思い、これからの実習に向
けて気持ちのメリハリを付けていきたいです。

利用者C

6月21日から7月2日までの10日間半導体などを製
造している企業の実習に行きました。私はこの企業に
実習に行くのは2回目です。しかし、初日は緊張して
いました。その後、徐々になれて緊張が少しずつ緩和
していきました。業務内容は電気特性検査、FIB断面
解析、顕微鏡検査工程でした。良かった点は前回の
反省点である自ら報連相などが前よりできたことです。
今回学んだことは、メモを取る大切さと、ミスしたとき
に自己判断せずすぐに報告に行くことです。

利用者D



作業体験



今回は、銀行の特例子会社で粗品のうちわを袋詰めする作業を体験してきました。個人的に過去に経験したアルバイトで似たような軽作業をしたことがあり、すぐに効率良く進めるコツをつかむことができて要領よく作業を進めることができました。その他にも、休憩時間に会社の方とも楽しく雑談をすることができて良かったです。

改めて、これから就職活動をしていく上でどのような仕事に就きたいかを考える、いい経験になったと感じました。



利用者E

編集後記

エンカレ通信編集長に決まり、紙面のデザインをどうしよう.....とここ数日調べていたところ、検索履歴がファッションとアウトドアが大好きな人みたいになりました。インターネットを開いた時の広告がこれまでと違った雰囲気では驚いています。

私は毎年8月、高校野球の甲子園を見ています。その年にしか実現できない選手構成で、1試合でも負けたら終わり。日本代表以上に「絶対に負けられない戦いが、そこにはある」と感じます。

皆さんの「夏といえば...」は何でしょうか？いずれにせよ満足感のある日々を過ごしたいですね。

利用者G



リフレッシュ講座

リフレッシュ講座ではヨガをやった。通常の講座は座って聞くのみで、姿勢も悪くなりがちであったが、ヨガでは体を動かすことで運動になり、姿勢を改善することもできた。運動は過酷という印象を持っている人もいるかもしれないが、ヨガは穏やかな運動という印象であった。私の趣味である山登りに比べるとヨガの運動強度は激しくないように感じた。ただし、山登りをすれば達成感が得られる上に、そこでしか見られない景色を見ることができるため、私は引き続き山登りを続けていく予定である。



利用者F

スタッフコメント

蒸し暑い日が続いていますが、皆様いかがお過ごしでしょうか。寝苦しい夜が続いているので、私は寝る時に冷感マット、冷感枕カバーが必需品になっています。一方で、少し寝汗をかく方が、新陳代謝を促せる為、健康に良いとされています。適度な水分補給と睡眠を意識して、夏バテしない身体作りを行いましょう。

さて、当事業所目の前の三条通りでは、電柱を埋設する工事が行われています。工事は今後も続くようですが、三条通の景観がより美しくなったように感じます。当事業所にお越しの際は、鴨川沿いだけでなく、高瀬川沿いの景観も楽しみながら、来所いただければと思います。

スタッフA

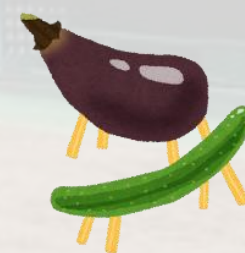
働くチカラWEB

発達障害のある方の就職に関する情報を続々アップしています!! ぜひご覧ください!!

<https://hataraku-chikara.jp/>

8月の予定

9日(月) 振替休日の為お休み
13日(金) 夏季休業の為お休み
27日(金) ソーシャルクラブ
31日(火) 午前のみ開所(月末最終日)



現在の利用状況

16名(7月20日現在)

