


## 実習報告



4/11からの3日間、郵便局で郵便物の仕分けをする実習を行いました。


作業内容は、ポストに投函されたハガキや封筒を、サイズ毎に仕分けして、消印機へと投入する作業を行いました。

また、トラックで運び込まれた荷物の荷下ろし作業もしました。大きな荷物や、重いキャリアを動かすので、他の人とぶつからないように、常に注意することを意識していました。

これからも、体調や気持ちも自分で落ち着けて動く事が出来る様にしていきたいです。

利用者A

## 自己理解スゴロク




先日、自己理解講座において、“自己理解スゴロク”というプログラムを行いました。

内容は、スゴロクに質問が書いてあり、出た目に応じて進み、そのマスの質問に答えるといったものです。我々のグループでは、小中学校時代の思い出やあるある、当時の流行などの話で盛り上がり、結果として自己理解と相互理解が深まりました。同じ都道府県の学校に通っていた人でも、地域ごとに思い出や文化に差があり、とても興味深かったです。

利用者B


## 作業体験



先般は、京都市内の企業を訪問し、主に、お客様向けのチラシを組む作業体験をさせていただきました。地域の暮らしに密着した企業さんで、今回の作業体験では、正確さと効率を両立するためのヒントを学びました。

特にチラシの順序や方向が正しくなるように、他の体験者さんや付き添いのスタッフさんと協力しながら作業を進められたことが印象的です。1日限りではありましたが、様々な発見がありました。

利用者C



エンカレッジに入ってから初めての作業体験でした。私はアルバイト経験も少なく、まだ働くイメージをしっかりとつかめていません。その中で、今回の作業体験では、仕事をする事への大切な一歩になったと思います。

人が触れる部分を消毒したり、紙を線に沿って正確に切る作業やレシートの貼り付けは自分にとってやりやすい作業でした。こういったところからでも仕事のイメージをつかむことも大切だと感じました。

利用者D



## ソーシャルクラブ



初夏を思わせる陽気の中、大阪城公園を散策してきました。

そびえ立つ鉄骨鉄筋コンクリート建築の天守閣を観覧、本丸にて事休憩をとった後、豊臣秀吉公を祀る豊国神社へと参り藤棚などを見て回りました。

天守閣では大阪を一望できる眺めのお、大阪城に縁ある展示物の数々が楽しめました。

当日はお天気も良く、日差しが強い中ながら他にも多くの見学者が訪れていました。



利用者E

4月22日のソーシャルクラブで、ニフレルと万博記念公園に行きました。

ニフレルでは、海洋生物だけに留まらず、陸上に住む生き物も見ることが出来ました。何より驚いたことは、日本でも一部の動物園でしか飼育されていないと言われているホワイトタイガーがニフレルにいたことでした。

エキスポシティの大観覧車にも乗りました。この日は天気がとてもよかったので、かなり遠くの建物まで見ることが出来ました。

利用者F

## スタッフコメント

皆季節の変わり目を迎えて、体調管理が難しくなっていますね。

夏を乗り切る為の健康方法として、春先より『腸内環境を整える』ことを意識しています。

具体的には、朝食はヨーグルトとグラノーラを一緒に食べる。夕食には納豆やオクラを食べるなど、腸の中から健康的にしよう！と日々頑張っています。

週1回のサウナや散歩が楽しみになっており、日々健康意識が強くなっているなあと、実感しています。皆さんの「健康」に関するお話も、是非お聞かせください！

スタッフ江籠

## 働くチカラWEB

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

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

働くチカラWEB

あなたの一歩で未来は変わる。



## 編集後記

エンカレ通信6月号の編集長を担当させていただきました。6月は梅雨という事で、梅雨時の花であるアジサイを背景にしてデザインさせていただきました。

梅雨であるこの時期は雨の日が続く事から何かと億劫になりやすい時期であり、また体調を崩しやすい季節でもありますので、皆さん引き続き体調などにはお気をつけてください。

利用者G

## 6月の予定

- 16日(木) リフレッシュ講座
- 24日(金) ソーシャルクラブ
- 28日(火) 特別講座
- 30日(木) 午前開所日

## 現在の利用状況

18名 (5月31日現在)