

# はばたきなう



特定非営利活動法人みなと障がい者福祉事業団  
就労移行支援事業所はばたき

東京都港区芝1-8-23 港区立障害保健福祉センター5階  
TEL:03-5439-8062 FAX:03-5439-2515  
E-mail:mswc@beach.ocn.ne.jp

## 就労移行支援事業所はばたきとは？

就労移行支援事業所はばたきでは、午前9時30分から午後1時までは清掃作業を中心とした就労訓練プログラム、午後1時30分から午後3時まで以下の就労準備プログラムを提供しています。

就労準備プログラムは、就職活動のスキルだけではなく、作業スキル・生活スキル・コミュニケーションスキル等も高める内容になっています。就職と就労継続のために様々な角度からアプローチしています！

## 2025年 6月 就労準備プログラム【予定表】

月	火	水	木	金
2 丁寧 <sup>①</sup> に作業をする事 ”丁寧さ”を見直す 丁寧な仕事をする事の 大切さを学ぶ	3 衣類について 季節とTPOにあった 衣類を選ぶ 手入れと管理方法	4 メモの取り方 要点をおさえてメモを とれるようになる	5 アンガー マネジメント 仕事に怒った時の 気持ちのコントロール の仕方	6 運動プログラム 体を動かしてリフレッ シュ
9 パソコンスキル デジタルツールを 使って学ぼう	10 地域の社会資源 生活を支えるさまざ まな機関	11 書類整理の仕方 書類の大きさ、向き、 種類、枚数等を正確に 把握する	12 個人情報に配慮しよう 軽々しく話題にしては いけないこと	13 ラグビー 
16 運動プログラム 体を動かしてリフレッ シュ	17 公共交通機関での 移動 電車、バス、地下鉄を 乗りこなす	18 整理整頓の仕方 整理と整頓の違い 捨てる、片付けること の意味	19 SST お互いが話をしっか りと聞いて会話をする	20 履歴書作成① 基本情報の書き方を 学ぼう
23 働くための健康とは 何だろう？ 身体と心の健康とは 体調管理の方法、 どう維持するか	24 運動プログラム 体を動かしてリフレッ シュ	25 事務作業Ⅰ 発送に必要な書類 などを準備する訓練	26 事務作業Ⅱ 封入や封かんなどの 発送作業の訓練	27 履歴書作成② 志望動機の書き方を 学ぼう
30 記号番号の 読み取り方 アルファベット、記号、 番号を正確に読み 取ること				

※プログラムの内容は変更になることがあります。

## 作品作りをしました



4月17日、就労準備プログラムの一環としてチームビルディングを行い、3つのグループに分かれて作品づくりに取り組みました。線に沿って絵の描かれた紙を切り分けたり、色を塗ったり、切ったものを台紙に張り付け

たりして、それぞれのグループが個性ある春らしい作品を作っていました。

ハサミを細かく動かしたり色鉛筆を使って丁寧に色塗りしたりと少し難しい作業でしたが、一生懸命取り組むことができました。

利用者からは「楽しかった」「またやりたい」といった感想がありました。



## 支援員からのメッセージ



雨の多い時期になりましたね。

じめっとした日ばかりで気分も落ち込みがちになりますが、そんなときこそ友達とお喋りしたり、面白い動画を見て笑ったり…上手に気分転換をして、毎日元気に過ごせるように工夫してみましょう！

みなさんのおすすめの気分転換方法は何か？是非教えてください！

