

# 12月の予定表

	月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6	7
午 前 (10:20～ 11:50)	心理講座	目標設定 & naturaレター作成 フリートーク ※希望者のみ	会社の日	個別 トレーニング	パソコン ワード		
午 後 (13:00～ 14:40)	個別 トレーニング	個別 トレーニング	個別 トレーニング	スポーツ ボッチャ	個別 トレーニング		
	8	9	10	11	12	13	14
午 前 (10:20～ 11:50)	キャリア教育	スキャン & PDF化	会社の日	データ入力	パソコン エクセル		
午 後 (13:00～ 14:40)	個別 トレーニング	個別 トレーニング	おでかけ 買い物講座	個別 トレーニング	個別 トレーニング		
	15	16	17	18	19	20	21
午 前 (10:20～ 11:50)	心理講座	つぼみのじかん 楽しみながら 自己理解	会社の日	受注作業 (センター業務) 折り込み・ふうとう・さぎょうなど 折込・封入作業等	パソコン ワード		
午 後 (13:00～ 14:40)	たのしく！つながる！ えいご講座	個別 トレーニング	臨時閉館 12時で閉館	ストレッチ しもがわらせんせい 下川原先生 13:10～14:10	個別 トレーニング		
	22	23	24	25	26	27	28
午 前 (10:20～ 11:50)	キャリア教育	外部受注作業 ラベル貼り・ ちょうあい・ふうとうなど 丁合・封入 等	外部受注作業 ラベル貼り・ ちょうあい・ふうとうなど 丁合・封入 等	外部受注作業 ラベル貼り・ ちょうあい・ふうとうなど 丁合・封入 等 (予備時間)	おおそうじ 大掃除		
午 後 (13:00～ 14:40)	クリスマス会	外部受注作業 ラベル貼り・ ちょうあい・ふうとうなど 丁合・封入 等	外部受注作業 ラベル貼り・ ちょうあい・ふうとうなど 丁合・封入 等	パワーポイント ～今年の振り返り～	12時閉館		
	29	30	31	2025年12月27日から2026年1月4日 まで naturaはお休みです  新年は1/5(月)からです よろしくお願いします！			
午 前 (10:20～ 11:50)							
午 後 (13:00～ 14:40)							

特定非営利活動法人つぼみ 多機能事業所naturaプラス

会 社 の 一 日：会社の模擬訓練です。挨拶に始まり、上司の指示を受けて業務を行います。  
 報告・連絡・相談や、休憩の取り方も学びます。  
 各 種 パ ソ コ ン 講 座：Word・Excelの基本操作を学んだり、検定試験に挑戦したりします。  
 心 理 講 座：不快な感情に振り回されない自分らしい姿を目指します。  
 キ ャ リ ア 教 育：仕事との関わりを通して、自分らしい主体的な生き方を探ります。  
 スポーツ・ストレッチ：疲労度の把握やリラックス方法の習得を目的に行います。  
 個 別 ト レ ー ニ ン グ：個々の課題に応じて職員と相談しながら訓練内容を決定し、行います。  
 ※他にも、様々な講座を行います。

# natura プラスレターvol.127

naturaとは、主に精神障がいを持つ方々の就労を支援する場。

そしてnaturaの考える「就労」とは、社会を動かす一員となること（社会貢献）。

それは誰しも自然「natura」なこと。

その達成のために私たちは、あらゆる可能性にチャレンジします。

## プログラム紹介～実習生プログラム～

10月下旬に実習生主体の外出イベントを行いました。

その名も…「naturaの奇妙な冒険

第一部 ～ケーキを求めて旅する者たち～

プログラムの内容はケーキを買いに行き、ケーキを食べながらクリスマスの飾り作りをするというものでした。みんなで協力して作成し、素敵な飾りが完成！飾るのが楽しみです！



## 通勤訓練が終わり、就活中！！

通勤練習が無事に終わり、本格的に就職活動を始めました。気になっていた求人の方に下見と見学に行くので、緊張しますが、1つずつ前に向かっていけるようにがんばりたいと思います。

I.M

natura プラスであなたの強みややりたいことを発見しませんか？

日々の活動はX、Instagramで紹介しています！



えっくす  
X は

←こちら



Instagramは  
こちら→



## 12月のクロナ



Merry Christmas  
チュラ♪

チュラ♪

チュラ♪

チュラ♪

チュラ♪

チュラ♪

チュラ♪

チュラ♪

チュラ♪

チュラ♪

チュラ♪

チュラ♪

チュラ♪

チュラ♪

特定非営利活動法人つぼみ natura プラス  
(就労移行・就労定着・生活訓練)

〒133-0056

東京都江戸川区南小岩 7-19-7

南小岩 MACO ビル 3F

TEL 03-6808-5291

見学はこちらからも受け付けています ⇒



natura プラス R7.11.1 現在の状況

登録者数 12名

のべ就職者数 142名

空き状況 ない **ある**

詳しくは右記にお問い合わせください。

お気軽にお電話ください♪見学も出来ます♪