

## 5月の予定表

	月	火	水	木	金	土	日
					1	2	3
午前 (10:20～ 11:50)					パソコン中級 ワード②		
午後 (13:00～ 14:40)					個別 トレーニング		
	4	5	6	7	8	9	10
午前 (10:20～ 11:50)	みどりの日	こどもの日	ふりかえきゆうじつ 振替休日	目標設定 & naturaレター作成	パソコン中級 エクセル③		
午後 (13:00～ 14:40)				フリートーク ※希望者のみ	個別 トレーニング 17時閉館		
	11	12	13	14	15	16	17
午前 (10:20～ 11:50)	個別 トレーニング	人事の気持ちに なってみよう ～コンセンサスゲーム～	会社の日	事務手続き & ルール確認	パソコン中級 ワード③		
午後 (13:00～ 14:40)	キャリア教育	個別 トレーニング	臨時閉館 12時で閉館	スポーツ ボッチャ	個別 トレーニング		
	18	19	20	21	22	23	24
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) 折込・封入作業等	パソコン中級 エクセル④		
午後 (13:00～ 14:40)	個別 トレーニング	個別 トレーニング	パソコン初級④ ※希望者のみ	リフレッシュヨガ 下川原先生 13:10～14:10	個別 トレーニング 17時閉館		
	25	26	27	28	29	30	31
午前 (10:20～ 11:50)	キャリア教育	つぼみのじかん 楽しみながら 自己理解	会社の日	パソコン中級 パワーポイント②	パソコン中級 ワード④		
午後 (13:00～ 14:40)	調理 & 片付け講座	就活講座 求人票の見方	パソコン初級⑤ ※希望者のみ	個別 トレーニング	個別 トレーニング		

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.132

ナチュラ

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 ～お花見会～

2月から準備を重ねてきたお花見会。ついに3/30(月)に開催されました!

当日は、近場チームと遠出チームに分かれて楽しみました。

参加された方の感想をご覧ください!



### 近場チーム

近くのかかるがも広場で見たさくらは、手を伸ばしたらとどきそうなくらいにキレイに咲いていました。さくらに関するクイズやトリビアはみんな参加してくれてうれしかったです。きき茶は全問正解できました。イントロクイズも楽しかったです。YouTubeで見るさくらもキレイでした。

### 遠出チーム

長い期間をかけて準備してきました! 当日はもう最高&最高だったんですがクリスマスツリーを桜ツリーに変える無茶な発想が実現出来たのがうれしかったです!

天気がとても良く、青空に桜が映えていた。ゆっくりと桜を愛でる気分の良い時間だった。戻って来てからの「お花見会」の内容も充実していて気持ちいいあり笑いありで、とても楽しく過ごした。

### 近場チーム職員コメント

お花見会を行いました。近場チームは、ナチュラ近くの公園で桜を見ました。天気も良く、青空をバックにした満開の桜がとてもきれいでした♪桜を見た後は、所内でたい焼きを食べたり、様々な催し物を楽しみました。

### 遠出チーム職員コメント

遠出チームは上野公園へ行きました。屋台で好きなものを食べ、上野動物園へ。園内にはペンギン、トラ、ゴリラ、そして桜も。桜と動物のコラボは良きですね。小学生振りでしたが、思わずはしゃいでしまいました。



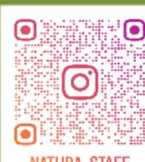
natura プラスであなたの強みや やりたいことを発見しませんか?

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

インスタグラムは  
こちら→



お花見会の様子も載っているチュラぜひ、ご覧くださいチュラ♪

就労移行支援事業所 natura R8.4.1 現在の状況

登録者数 12名

のべ就職者数 145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♪

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・就労選択)

〒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

けんがく うつ  
見学はこちらからも受け付けしています ⇒

