

10月の予定表

	月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5	6
午前 (10:20～ 11:50)		がいぶじゅちゆうさぎょう 外部受注作業 ラベル貼り・ ちようあい ふうにゆう など 丁合・封入 等	がいぶじゅちゆうさぎょう 外部受注作業 ラベル貼り・ ちようあい ふうにゆう など 丁合・封入 等	がいぶじゅちゆうさぎょう 外部受注作業 予備日 ラベル貼り・ ちようあい ふうにゆう など 丁合・封入 等	キャリア教育		
午後 (13:00～ 14:40)		がいぶじゅちゆうさぎょう 外部受注作業 ラベル貼り・ ちようあい ふうにゆう など 丁合・封入 等	じへいかん 12時閉館	もくひょう せつてい 目標設定 naturaレターを つくろう	こべつ 個別 トレーニング		
	7	8	9	10	11	12	13
午前 (10:20～ 11:50)	かいしよ 10:30開所 こべつ 個別 トレーニング	こべつ 個別 トレーニング	だいさんしゃひょうか 第三者評価の りようしゃちようさ 利用者調査 &個別トレーニング	だいさんしゃひょうか 第三者評価の りようしゃちようさ 利用者調査 &個別トレーニング	ワープロ検定試験 ※受験者のみ 10:40～		
午後 (13:00～ 14:40)	スポーツ たつきゆう たつきゆう (卓球&卓球パレー) しんかわ かん 新川さくら館 13:30～15:00	しゅうかつこうぎ 就活講座 ポールトゥウイン(株) について	じへいかん 12時閉館	だいさんしゃひょうか 第三者評価の りようしゃちようさ 利用者調査 &個別トレーニング	しんりこうぎ 心理講座		
	14	15	16	17	18	19	20
午前 (10:20～ 11:50)	スポーツの日	つぼみのじかん たのしみながら じこりかい 自己理解	かいしゃ いちにち 会社の日	じゅちゆうさぎょう 受注作業 (センター業務) おりこみ ふうにゆう さぎょうなど 折込・封入作業等	こべつ 個別 トレーニング		
午後 (13:00～ 14:40)		じょうほうしりけんていしけん 情報処理検定試験 ※受験者のみ 13:30～	じへいかん 12時閉館	ストレッチ しもがわらせんせい 下川原先生 13:30～14:30	キャリア教育		
	21	22	23	24	25	26	27
午前 (10:20～ 11:50)	こべつ 個別 トレーニング	SST こたわ 「断る」	かいしゃ いちにち 会社の日	げんごぎじゅつ 言語技術 つた ひょうげん 「伝わる表現」	こべつ 個別 トレーニング		
午後 (13:00～ 14:40)	かいしゃけんがく 会社見学 ポールトゥウイン かぶしがいしゃ 株式会社	こべつ 個別 トレーニング	じへいかん 12時閉館	こべつ 個別 トレーニング	しんりこうぎ 心理講座		
	28	29	30	31			
午前 (10:20～ 11:50)	こべつ 個別 トレーニング	つぼみのじかん たのしみながら じこりかい 自己理解	かいしゃ いちにち 会社の日	じむてつづき 事務手続 かくにん ルール確認 &フリートーク			
午後 (13:00～ 14:40)	ぼうさいくねん 防災訓練 こうぎ ひなんけいろかくにん 講座・避難経路確認	こべつ 個別 トレーニング	じへいかん 12時閉館	こべつ 個別 トレーニング			

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ク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、ビジネスマナー、就職活動関連講座など、様々な講座を行います。

natura レター vol.113



ナチュラとは、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。

会社説明会で学んだこと

私は、8月23日の金曜日に、公共交通機関を使い、会社説明会に行きました。そして、この会社説明会を通して、私の中にある企業に対するイメージが変わりました。イメージは、

- ①面接は間違えると即不採用になってしまうイメージ
 - ②面接のアピールポイントは丸暗記しないといけないイメージ
 - ③初日から会社の雰囲気慣れておかないといけないイメージ
- の3つのイメージがありました。
- ①は面接内容だけでなく身だしなみ・表情も合わせて決まること
 - ②は暗記の必要なく実体験から話すと自然と合うこと
 - ③は慣れるには半年から1年かかること
- を、それぞれ学ぶことができました。これからもいろいろな見学に行って、さらなる成長をしていきたいです。 K・G

〇〇の秋?!

10月…。芋・栗・かぼちゃの季節ですね！
芸術の秋、食欲の秋、スポーツの秋、読書の秋…
私は断然食欲の秋です。最近はダブルキャラメルアイスクリームにミックスマッシュをかけて食べることにハマっています。カロリーのことは気にしない。涼しくなるので歩いて消費しようと思います。
みなさんにとっては何の秋ですか？ N・N

10月といえば…

この季節は、色々な行事があります。紅葉やハロウィンなどがあり、私も好きな季節です。個人的にも行事が多くなると思うので、体調には気をつけていきます。 H・E

就活と就労移行支援

自分が就活をしていく中で答えを見つけるのが難しい問題を職員さんに相談できるので助かっています。ナチュラの職員さんは丁寧に聞いてくださるので、話しやすくありがたいです。この環境を活かして就活をがんばっていききたいと思います。 T・W

自信とは…

会社見学や実習を通して、「自分に合う・ここで働きたい」と思う所を探して、日々、自分との対話を大切にして行動しています。働きたいと思っても、面接までいけないこともあるし、逆もありますが…
そんな時は、自分との対話で、次はこうしようとか、次の目標に切りかえて行動していく。すごく冷静に考えて、行動につなげていけるクセがついてきたと感じます。行動することで、自信につながっているなあと思います。 A・S

ナチュラの体験

ナチュラに通いはじめて一週間。いろいろな作業があっはじめは困難しました。でも、自分にとってプラスになると思い、自分なりにゆっくとがんばりたいと思います。 Y・M

スポーツ（たっきゅうバレー）が楽しい

月1であるスポーツ（たっきゅうバレー）が、とても楽しいし、ストレスはっさんになる。さんかすると毎日、もりあがるので、イヤな事も全部わすれて、しゅう中してスポーツが出来る。また参加したい。 M・I

就労移行支援事業所 natura R6.9.1 現在の状況

登録者数 12名

のべ就職者数 133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

ナチュラ

就労移行支援事業所 natura

〒134-0083

東京都江戸川区中葛西 2-8-3-1F

TEL 03-6808-5291 (皆川宛)

