

就労準備支援事業 「くる me ここから」 お便り

発行:令和3年8月18日【No.6】





8月5日 (木) くるミーティング

「今後のくる me 作戦会議!?」を開催しました。「



「くる me ここから」がスタートして 3 か月。これまでスタッフ企画のプログラムを 6 回実施してきました。今後のプログラムを企画するにあたり、参加されている皆さんの希望をより反映させたい!ということで「プログラムの内容をみんなで考えよう!」というミーティング【作戦会議】を行いました。

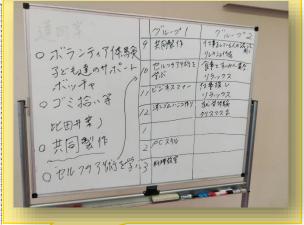
アイディア溢れる楽しい時間となりました。 一人ひとりの自己実現に向けてくる me こ こからが皆さんの背中を押す場所になりま すように。

これまで実施してきたプログラム

日程	プログラム内容	
5月6日(木)	自分の1日を振り返ろう	
5月20日(木)	コラージュで自己発見	
6月3日(木)	ことだまカフェ「世界にひとつ、オリジナル言葉集をつくろう」	
6月17日(木)	SST 体験「対人コミュニケーションスキルを磨こう」	
7月1日(木)	お話会「今を生きる」	
7月15日(木)	自分発見「エゴグラム&アサーション」	
8月5日(木)	くる meeting「今後のくる me 作戦会議」	

\各グループからのプログラムアイディア&スケジュール案/

	グループ 1	グループ 2
9月	共同制作物の作成	・仕事をしている人の話を聴く ・履歴書作成
10月	セルフケア術を学ぶ(免疫力アップをテーマに)	食事と睡眠等リラックス方法を学ぶ
11月	ビジネスマナーを学ぶ	・仕事探し・リラックス方法を学ぶ
12月	消しゴムハンコづくり(年賀状に 活用)	・就労体験 ・クリスマス会
1月	検討中	検討中
2月	仕事で役立つ PC スキルを学ぶ	検討中
3月	料理教室(健康は食から)	検討中



話し合いのステップ

ステップ1 自分が参加してみたい内容を書き出す ステップ2 自分のアイディアをグループで共有する ステップ3 グループでスケジュール表に落とし込む ステップ4 2グループで意見を共有する



今月の花「ハクサンコザクラ」

8月朝日岳にて 高山帯に可憐に咲く小さな花。 日差しを浴びて輝いている姿に感動しました。雨天が続き太陽の光が恋しい日々ですね。

編集後記:実家の両親がつくったじゃがいを毎日食べています。最近は皮が赤いものやサツマイモのような黄色味がかったじゃがいもなど種類も豊富で飽きません。私はじゃがいもで作るパンが好きです」 皆さんおすすめのじゃがいも料理があれば教えてください。(スタッフH)