



自立訓練・就労継続支援B型の利用者さんインタビュー

担当N&S&H

昨年オープンした自立訓練に続いて、今年の2月に就労継続支援B型がオープンしました。今回は自立訓練の利用者さんTさんとB型の利用者さんTさんにインタビューさせていただきました。

【自立訓練】Tさん

・自立訓練では、どんなことをしていますか？
楽しく勉強しています。料理や、体を動かそうなど、皆で協力して元気に作業をしています。

・好きなプログラムは？
料理と体を動かそうと自習です。

将来どんな仕事がしたいですか？
花屋さんになりたいです。なりたい理由は癒されるし、笑顔が溢れて、元気になるからです。

・趣味は何ですか？
花屋さんになりたいので自習の時間に花の特徴を調べるのが趣味です。



【B型】Sさん

・B型ではどんなことをしていますか？
日によってやるのが違います。ダイレクトメールの封入作業もあれば、紙袋の中に台紙を入れる作業もあり、様々です。

・B型に通所して、苦労したこと、苦労して得たことは何ですか？
仕事内容によって得意不得意があります。梱包係に指名された時は、商品を破かないように、丁寧にやらなくてはいけないので大変でしたが、やりきった時や商品を出荷した時に達成感があります。

・B型に通所して楽しいことは何ですか？
昼休みが楽しいです。

・趣味や好きなコト、好きな食べ物は？
お寿司が好きです



ミライでらすの定着支援員Sさん（女性）です。

Q. ミライでらすで、自分はどんな存在になりたいですか？

A. 気がねなく話せて安心できる人、と思われる存在になりたいです。

Q. 苦手なことはありますか？

A. 自分のウチの子供にエンドレスに遊びを強要されること。

職員ですが、人前で意見を言うこと。私も苦手です！

みなさんががんばっていてすごいです！

Q. 何でもいいので、自慢話をしてください！

A. ネットの色覚テストで、けっこう良い成績をたたきだした!!びみょうな色の変化がわかるということみたいです。。

担当H

私の好きなもの紹介

犬と猫

担当 S



チワワちゃんとは可愛いので、とても癒されますが、チワワちゃんのご飯、躰を飼い主さんがやっております。

ねこちゃんとは、ティックトックとYouTubeでこれ何これ何猫の歌を流行っていたので、活躍しております。とても癒されます。



ミライでらす卒業について

私は、2019年4月1日から3年と1ヶ月程通所しました。

「もう3年なのか～」という気持ちと「まだ居たい」という気持ちが混ざっていて卒業する実感がありません。

3年も経つと忘れてしまっていることもありましたが、とても楽しかった思い出しました。好きだったプログラムは、アロマセラピーです。

今では新たな趣味として精油を買って手作り化粧品も作れるようになりました。

覚えきれなかったこともあり大変でしたが、ミライでらすで過ごした日々は、本当にあっという間でした。

入った頃はあんまりできなかったパソコンも今では、関数以外できるようになりました。

就職先は、清掃の仕事でお年寄りの方とも多く関わる仕事です。

ミライでらすでやっていた事を就職先で活かし頑張って取り組みたいです

S.M



夏野菜を食べて暑い夏を乗り切ろう！

暑い夏が続きますが、皆さん暑さ対策はしていますか？
今回は生活講座のプログラムで学んだ、夏にとりたい栄養素
とミライてらすで育てている野菜を効能と共に紹介します！

6階で育てている野菜の紹介



・ミニトマト

ミニトマトに含まれるクエン酸は、疲労の原因物質「乳酸」の分解を促進してくれるため、疲労回復に効果があります。



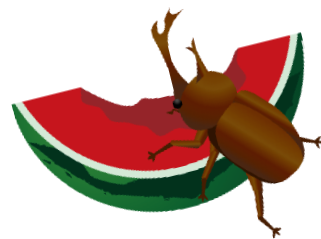
・ナス

ナスにはシワやシミの原因となる紫外線から肌を守る栄養素「ナスニン」が含まれています。「ナスニン」が多い皮ごと食べるのがオススメです！



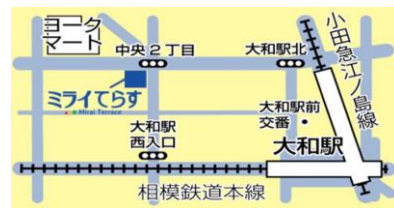
・キュウリ

キュウリには「ビタミンC」や「カリウム」が多く含まれています。「カリウム」には熱を体外へ逃がして体温を下げる効果があります。



ミライてらす大和

神奈川県大和市中央2-3-19 ウエスト・ビルディング5階
電話 046-240-1967





・ゴーヤ

ゴーヤに含まれる「モモルデシン」には健胃作用があります。「ビタミン C」の免疫力向上と合わせて、夏バテ対策にもピッタリです！



・白オクラ

オクラよりも倍の粘り気がある白オクラは、「ペクチン」だけでなく「食物繊維」も豊富に含まれており、非常に健康に良い野菜なのです。



いかがだったでしょうか？

今回の記事を参考に、暑さに負けず健康に夏を乗り切りましょう！

担当：N&O.K&T&Y



「私のラブなフラペチーノ」

私は、スタバでラブな季節限定のフラペチーノを飲んだりして、次に発売されるラブなフラペチーノのリサーチをしにスタバで通っています。今は、ラブなフラペチーノは、47都道府県のフラペチーノのサマーブルークリームフラペチーノが一番ラブでお気に入りです。

(担当：S)

ミライてらすNEWS編集後記

21号に引き続き、私が編集長を務めることになりました。新しい利用者さんが増えたことで新聞の作成方法を変更し、グループワークで記事を作成することになりましたが、スムーズに進行できたと思います。

編集長N