



仕事の抱負～タマホームに就職～

仕事をする上での抱負は、自分の能力を活かして長く働くことです。会社に応募する上で、強く意識したのはミライテラス大和で明確になった自分の体力や能力を鑑みて、長く勤めることができるという点です。以前、働いていた会社は正社員として働いていたので通勤ラッシュの中を通うことになり、体力と気力の双方で疲れ果ててしまったからです。そのため、パートとして働く事になりますが通勤や仕事に対して徐々に体を慣らしていき、いずれは正社員として働けるようにしたいです。



卒業生Uさん

職業評価レポート 担当K

職業評価では、次の三つのことをやりました。

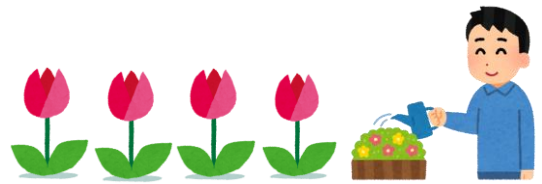
- ① ピッキング作業
- ② タップの分解組立作業
- ③ OAwork作業



- ① ピッキング作業では、プリントに記入されてある項目を確認し、その中からそれと同じ指定の品物と個数を集め、左からリスト指定の通り並べる作業です。
- ② タップの分解組立作業では、テーブルタップ部分にあるネジを3つ外して、金具を分解する作業と分解されたテーブルタップを分解状態から金具を指定通りに組み、組んだ金具を3つのネジで締める作業をやりました。
- ③ OAwork作業では、ソフトを立ち上げると、書式の欄に入力されている文字が立ち上がり、その中から印刷されたリストとソフトを見比べ、間違いを探し出し、違いを見つけ訂正保存をし、保存した結果が印刷とデータが合っているかどうかを評価する作業です。

チューリップの栽培

担当N



「植物と関わる」のプログラムでチューリップを栽培しました。水やりを続けながら春が待ち遠しい日々が続きましたが、無事に美しい花を咲かせました。



☆☆ レジリエンス ☆☆

私はミライてらすに来て、初めて「レジリエンス」という言葉を知りました。「レジリエンス」とは「折れない心」という意味があります。

私たちは出来事を認識、解釈し、その結果として感情や行動が起こります。出来事によって自分が傷つき、悲しみを抱いた時、自分の解釈によっては負の感情を引きずらなくて済みます。例えば、朝、同僚に挨拶したのに無視された場合、どんな解釈をしますか？「気が付かなかったのかな」と解釈するか、

「自分が何か悪いことしたのかな」と解釈するかで、自分の感情が違ってきます。前者だとその場で割り切れます。

レジリエンスの鍵は出来事に対してどう解釈するかです。私は今まで解釈がネガティブなことが多く、悩まなくていいことも悩み苦しみました。転職が多かったのもレジリエンスが低かったからかもしれません。これからはレジリエンスを高くできるようになり、自分を楽にしたいと思います。

担当 O

(*^▽^*)ミライてらすには、こんなスタッフさんがいます！ <第3回>

満を持して登場です！ミライてらすのサービス管理責任者、Fさん（男性）です。

Q.ミライてらすに初めて来たときの、印象は？

A. 面接に来たときの職員の対応が良かったです。

Q. ミライてらすで、困ったことはありましたか？

A. 新型コロナウイルス対策を実施する時の情報管理（整理）に苦戦したこと。

Q. 何でもいいので、自慢話をしてください！

A. キレイ好きです！楽器や自家用車はいつもピカピカにしています。

担当H

担当 Y

私は自立課題の後半の30分漢字をやっている。
小学校で習う漢字をやっている。
こんな漢字習ったかな。あんな漢字習ったかなと思いながらやっている。
画数が多いのもあれば、少ないものもある。
熟語で分からない問題があれば、赤ペンで答えを書いた。
せっかく赤ペンで正しい答えを書いても、次やる時は忘れていることがよくある。
ちゃんと覚えなくてはならないと思った。
漢字をもっと覚えていかないといけないと思った。



ジャンガリアンハムスターについて

担当 S.M

私は、幼い頃から動物と関わる事があったので多くの動物のお世話をしたことがあります。
祖母が酪農をやっていたこともあり、仔牛のお世話もしたことがありました。
今身近な動物は、ジャンガリアンハムスターで現在は、メス1匹を飼育しています。
名前は『しろ』でスノーホワイトという白毛に黒毛が混じっているジャンガリアンです。
今年の1月生まれた子でまだ生後2ヶ月から3ヶ月くらいです。
彼女は、にんじん・キャベツをよく食べますが、大根は、辛いのかあまり食べませんがカイワレ大根の食いつきがよく大根より辛いはずなのに食べていました。
まだ若いハムスターですが長生きしてくれることを願っています。

『〈実習先〉児童ホーム』

担当 F

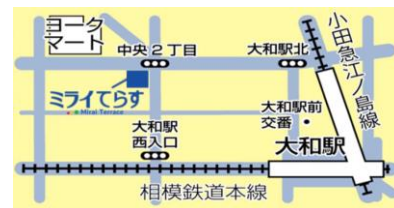
私は外出先で子供たちが騒いでいたり泣いているところを見かけると、元気を分けて貰っているような気持ちになります。素直で無邪気に喜怒哀楽を表現できる子供たちから、学びを得ることがよくあります。ミライてらすでは様々な実習を探ることができて、私は児童ホームに行かせて頂きました。

実習内容は清掃、事務補助、保育補助などがあり、子供たちの心を第一に考え、安全面に気をつけながら見守っていました。屋内では絵本を一緒に読んだり、外へ出てお散歩をしたり、広場の遊具など、子供たちがみんなと一緒に遊べるよう考えながら声をかけ合ったり、貴重な経験をさせて頂き、楽しい思い出にもなりました。実習中は夏季だったので外へ出る時は子供たちだけでなく、自分自身も紫外線対策を忘れないよう気をつけたいと思いました。



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



今回の卒業生☆上松さんへのインタビュー

担当 S



Q1 ミライてらすに通ってよかったことは何ですか？

A、自分の長所と、短所が明確になりました。

Q2 大変だったことはなんですか？

A、週5日通うのがたいへんでした。1年間かかりました。

Q3 プライベートなことについて教えていただけますか？

A、小説を書くのが好きで、「小説投稿」サイトに投稿しています。

Q4 今ミライてらすに通っている方達へのアドバイスを教えてください。

A、自分のできることをやっていく。できないことは頑張らない。

上松さん、ご就職おめでとうございます！

【生活講座】



担当 o & s

「安定した就労生活があってこそ」

三橋先生から「休日の過ごし方」と「免疫力を上げるコツ」についての話をして頂きました。

まず、休日の過ごし方では、精神的な充実度を上げていくことが大切です。休むことも仕事の一貫なので、休日を上手に使っていかうと思いました。

次に免疫力を上げるコツについてです。

免疫とは、身体の中の自己防衛システムのことです。

食事や運動、食事の仕方を気を付けることで免疫力は、UPします。

日々の生活に色々取り入れてみようと思いました。

ミライてらすNEWS編集後記

今回のミライてらすNEWS編集会議で、初めて編集長を務めさせていただきました。司会進行、進捗確認、記事の校正など、慣れないことだらけで緊張もありましたが、無事に完成してホッとしています。

編集長N