

# WORKGATE通信

## 架け橋

2018年8月号



今年の夏は記録的な暑さが続いておりますが、皆様お元気にお過ごしでしょうか。今回はワークゲイトで7月に行われた取り組みと、体験実習生の様子をご紹介します。

2

私は、WRAP（元気回復行動プラン）の講座で色々なことを教えてもらいました。WRAPのWは元気のWで、Rは回復のR、Aは行動のA、PはプランのPです。いろいろな人がどういった方法でストレスを解消しているのかを大きな紙やホワイトボードに書いたりして話し合いました。例えば、ディズニーのイベントに行ったりカラオケに行ったりしてストレスを解消している人もいます。

私はディズニー・オン・アイスに行ってミッキーに会ったりいろいろなディズニーの仲間たちに会ったり写真をとったりしてハッピーな気持ちになることでストレスを解消しています。この講座をきっかけに職場実習に向けて頑張りたいと思います。

Kさん 男性



今回の調理実習は、豚肉と野菜のみそ炒め、卵とわかめのスープ、ひじきと油揚げの煮物、抹茶ゼリーでした。今までは買い忘れがなかったのに、今回買い忘れがあったので、ひじきと油揚げの煮物が一品作れなかったので残念でした。それでもみんなで協力して上手く調理ができて良かったです。

次回の調理実習があった時には、買い忘れないようにし、またみんなで楽しく調理実習がしたいです。

Sさん 男性

私は、三日間体験を通して、地理の勉強を行ったり、封筒づくり、タイピングの練習等をし、自分の苦手や得意な事を見つけられたのが良かったのです。皆さんともう少しコミュニケーションを取りたかったのが心残りですが、三日間、楽しかったです。ありがとうございました。 Uさん 女性



高校の授業で職業体験をさせていただいているYです。ワークゲイトの皆さんはとても優しく、楽しみながら実習をさせていただいています。

私は将来一人暮らしを目指しているのでワークゲイトでの調理実習やSSTの授業は、とても役に立ちそうで楽しみです！

Yさん 男性



私は、ワークゲイトに入ってパソコントレーニングを頑張っています。パソコンは苦手でしたがローマ字表を見ずに打てるようになってきました。出来なかったことができて仕事につながっていければよいと思いました。他にはテキストを見ながら表などを作成する練習をしています。少しずつ仕事につながって行けばいいと思いました。

Iさん 男性



多機能型事業所であるサニースポットでは平成30年6月より生活訓練を主体とした「ひだまり」が開設されました。生活リズムを整え、コミュニケーションやストレス対処等の悩みを改善されながら皆さん来所されています。

見学・ご相談などお気軽に  
お問い合わせください。  
TEL042-730-5315



〒252-0235 神奈川県相模原市中央区相生 1-5-20

TEL042-730-5315

FAX042-730-5316

HP <https://workgate.jimdo.com/>

平日（月～金）AM9:30～PM4:00

見学・ご相談などお気軽にお問い合わせください。

就労移行支援 WORKGATE 〈ワークゲイト〉

※WORKGATE 通信・封筒は利用者の方がカリキュラムの時間に作成しています。