

11月の予定表

	月	火	水	木	金	土	日
						1	2
	3	4	5	6	7	8	9
午 前 (10:20～ 11:50)	ぶんか 文化の日	もくひょう せつてい 目標設定 & natural ^{さくせい} レター作成	かいしゃ いちにち 会社の日	にゅうりよく データ入力	パソコン ワード		
午 後 (13:00～ 14:40)		ふりーとーく ※希望者のみ	りんじへいかん 臨時閉館 12時で閉館	こべつ 個別 トレーニング	こべつ 個別 トレーニング		
	10	11	12	13	14	15	16
午 前 (10:20～ 11:50)	しんり こうざ 心理講座	つぼみのじかん たのしみながら 自己理解	かいしゃ いちにち 会社の日	こべつ 個別 トレーニング	パソコン エクセル		
午 後 (13:00～ 14:40)	こべつ 個別 トレーニング	こべつ 個別 トレーニング	こべつ 個別 トレーニング	スポーツ ボッチャ	こべつ 個別 トレーニング		
	17	18	19	20	21	22	23
午 前 (10:20～ 11:50)	きょういく キャリア教育	こべつ 個別 トレーニング	かいしゃ いちにち 会社の日	こべつ 個別 トレーニング	パソコン ワード		
午 後 (13:00～ 14:40)	ひなんくんれん 避難訓練 ※全員参加	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	ストレッチ しもが わらせんせい 下川原先生 13:10～14:10	こべつ 個別 トレーニング		
	24	25	26	27	28	29	30
午 前 (10:20～ 11:50)	ふりかえきゆうじつ 振替休日	つぼみのじかん たのしみながら 自己理解	かいしゃ いちにち 会社の日	パワーポイント	パソコン エクセル		
午 後 (13:00～ 14:40)		こべつ 個別 トレーニング	こべつ 個別 トレーニング	しゅうかつこうざ 就活講座 きぎょうけんがく がいしゅつ 企業見学(外出)	こべつ 個別 トレーニング		

特定非営利活動法人つぼみ 多機能事業所naturaプラス

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ッ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。

※他にも、様々な講座を行います。

natura プラスレター vol.126

ナチュラ

naturaプラスとは、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 プラスの考える「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。



プログラム紹介

～みんなでケーキ屋さんへ行こう～

9月下旬に、実習生さんと職員の共同プログラム

「みんなでケーキ屋さんへ行こう」を行いました。

ケーキを食べながら雑談したり、おりがみをしたりするプログラム。参加された方が今回のレターの記事に取り上げてくださっているように、楽しいひとときになりました！ X、Instagramに、このプログラムの写真をアップしています。

ぜひご覧ください！



11月

11月になり、だいぶすずしくなりました。

先日、ナチュラでケーキを買いに行ってお茶会をしたのが楽しかったです。就職活動で今度実習に行きます。体調をくずさないようがんばりたいと思います。

S.A

ケーキパーティー

ケーキ屋さんで買ったのはフランボワーズショコラ
でおいしかったです。

H.Y

natura プラスであなたの強みや やりたいことを発見しませんか？

日々の活動は X、Instagramで紹介しています！



えっくす
X は
←こちら



Instagramは
こちら→



NATURA_STAFF



今日も
寒いチュラ



natura プラス R7.10.1 現在の状況

登録者数 11名

のべ就職者数 142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 naturaプラス
(就労移行・就労定着・生活訓練)

〒133-0056

東京都江戸川区南小岩 7-19-7

南小岩 MACO ビル 3F

TEL 03-6808-5291

けんがく
見学はこちらからも受け付けしています ⇒

