

# わーくす ここ・からだより

平成25年6月28日  
発行  
第6号

公益財団法人 新宿区勤労者・仕事支援センター  
わーくす ここ・から スマイル TEL03(3208)2278  
エール 03(3208)1609

## ♪いつ行くの？今でしょ！！～外出訓練～♪

わーくす ここ・からでは、5月から6月にかけて1回目の外出訓練を行いました。（スマイルのひと班は7月予定）

### ●スマイル・NHKスタジオパーク●

平成25年度スマイル外出訓練第一弾！6月14日（金）。スマイルの皆さんの日頃の行いが良いためか、朝からの雨も昼前には止み、心地良い気温の中、出発することができました。東新宿駅から副都心線に乗り、明治神宮前駅で下車。緑のきれいな代々木公園沿いを歩き、NHKスタジオパークに到着。入場券を持って、皆さん勢いよく入館すると、そこにはたくさんの人・人・人。そこにいる人たちが何かを一心に見つめていました。人と人との間をくぐり抜け、先を見てみると、「スタジオパークからこんにちは」という番組の公開収録をしていました。なんとゲストは女優の仲間由紀恵さん！職員含め、スマイルの皆さんの視線も釘付けでしたね！「名残惜しい！」と思いつつ、館内の順路に沿って見学。特に皆さんが楽しんでいたコーナーは、まず、アニメの声優体験ができるコーナーでした。映像を見ながら、セリフを読み、自分の声を録音するのですが、これがなかなか恥ずかしくて、難しい作業でした。録音した自分の声を聴いて、みなさんが笑っている様子が印象的でした。次に皆さんが楽しんでいたコーナーは、コンピューターが自分の顔と何の動物の顔が似ているのかを判断してくれるというネイチャーカメラマンコーナーでした！スマイルの男性2名が挑戦しましたが、一人はキリンで、もう一人はアライグマでした。さてこの二人は誰でしょう？？スタジオパークを満喫し、原宿駅から山手線に乗り、新宿駅にて解散。みなさんでたくさん笑った外出訓練でした！



どの人がキリンとアライグマかな。

NHKスタジオパーク 6月14日(金)  
利用者：11人と職員：4人で東新宿から明治神宮前駅まで地下鉄有り都心線に乗ってNHKスタジオパークに行きました。  
まずお台めに生放送スタジオ見学でゲストの仲間由紀恵さんのカズマ王見守りのごたい裏をみました。テレビでいつも仲間由紀恵さんを見てるので、生で見るとNHKゲストではおなじみにクイズゲームで問題に答えたのでうれしかった。たけ、何問か合点。ドラマライブラリでは今までのやつと大河ドラマの収録が、おいてありテレビで今までの大河ドラマのあまのたか反。主なものが展示してました。今話題のダイキイカのおけい見るとよかったです。アニメファクトリーでは2人でアニメの声を演じることができてとても楽しかったです。他にもいろいろ展示してて、とてもよかったです。お台めにすおわておかったです。

NHKに行った方の感想文♪

### ▲エール・深大寺散策▲

エールの1班の外出訓練で、調布・深大寺めぐりに行って来ました。深大寺を散策し、楽焼きを作り、ランチには美味しいお蕎麦を食べて満喫しました。中には入りませんでした。神代植物公園のバラも柵の外から鑑賞できました。また、時間が余ったので井の頭公園一周のおまけも付けられました。天候が雨だったため、ベンチが使えず、ひたすら散策した一日でした。…できれば、お茶を飲んで休憩する時間が欲しかったなと思うのは職員だけ???

洗いしょうゆ血作ったぞ!! 日本をこよなく愛しています★



月日は百代の過客にして、行き交う年もまた旅人なり



さみッみんなでチルドル大ズ好き★

### ■エール・横浜中華街でカップヌードルミュージアム■

日清カップヌードルミュージアムでは、展示物の見学とオリジナルカップヌードル作りをしました。具やスープを選んで容器に好きな絵を描いたりしました。もうすでに食べてしまった方、食べずに取っておく方などそれぞれいい記念になりました。横浜中華街では、酔龍という店でランチバイキングを食べました。「辛かった!!」と言う方もいましたが、いろいろな料理が選べて好評でした。「今度は家族と行ってみたい」という人もいました。ぜひ行ってみてください!!

### ♥体力のある人って素敵♥～運動プログラム～

エールで毎週水曜日に行われている『就労関係プログラム』で、5月より1か月に1度『運動プログラム』を行っています。就職を目指すのに必要な体力向上と健康維持のために、講師の笠間先生をお招きして5月29日（水）に第1回目を本格的に行いました。どんな事をしたのかと言いますと、まずは大声を出す事が健康のためにいいとの事で『世界に一つだけの花』をみんなで大合唱して、体操・ストレッチ・エアロビクス・ペットボトルを使った筋トレをみっちり1時間行いました。いい汗をかきました★毎日の運動にも取り入れていきましょう!!

### ☆就職状況報告（エール）☆

今年度に入って6月末現在までで2名の方が就職しました。1名は（株）ジーユーで、洋服を箱から出してハンガーに掛けたり、オープン前の店舗清掃やゴミ出し等を行っています。もう1名の方は、リーガロイヤルホテル東京で館内のスタッフスペースの清掃、洋菓子の袋詰めやダイレクトメールの準備等をおこなっています。長く勤められるよう健康には気をつけましょう! おめでとございます!!

編集後記 今回は外出訓練がメインなので、旅についてひと言。『かわいい子には旅をさせろ』とありますが、就職を目指す障害をお持ちの方と一緒に挑戦する時に頭をよぎる言葉です。就職を目指すのも就職後も人生の旅の途中。寄り道したり後戻りも出来ますが、どうせなら楽しい旅を心掛けましょう!!