

アシスト通信

第52号 令和 4年 10月 21日 発行 障がい者就業・生活支援センター アシスト

日に日に秋が深まり、朝晩は肌寒さを感じることも多くなりましたが、皆様お元気でお過ごしでしょうか？
寒暖差により体調を崩しやすい季節になりますので、体調管理に気を付けて行きましょう！
さて、アシストでは上半期様々な行事が開催されました！！そちらの様子をお伝えします。

5月28日 第1回 余暇支援

昨年度ご好評をいただいたエアロビクスを今年度も開催いたしました！
春先はコロナの状況が落ち着いていた為、定員を前回より増員し20名の方にご参加いただきました。
今回のテーマは...『エアロビクスと健康運動で快適ライフ!!』会場は新発田市カルチャーセンターの剣道場をお借りし、講師の楠見優子（くすみゆうこ）先生の指導のもと、サザエさんの曲に合わせて体を動かしました!!
最初は先生の動きを真似するだけでも難しく苦戦している様子もありましたが、皆さんかっこよく楽しそうに踊っていました！

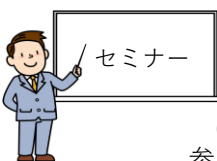
終了後のアンケートでは「久々に体を動かして楽しかった」「サザエさんの曲に元気をもらった」等、たくさんの意見を頂きました。ご参加いただいた皆さんありがとうございました。



皆さん真剣に
先生の動きを見ています！



6月25日 第1回 在職者交流会



6月25日開催予定としておりましたが、都合により延期とさせていただきました。
参加申し込みされていた方々には、急なご連絡となり大変ご迷惑をおかけいたしました。
今回予定しておりました『コロナ禍における職場での基本的なマナーセミナー』につきましては、11月19日に開催させていただく予定です。
詳細については改めてご案内をお送りいたします。皆様のご参加をお待ちしております。



今回のピアサポート活動は、精神障がいのある方を対象に『私のリカバリーストーリー＆茶話会』を開催しました!!
どのようにして病気等とうまくつきあひながら現在に至るまでの人生を歩んできたのか、2名の方にお話して頂きました。



村上会場

新発田会場



2部の茶話会では、仕事の事や障がいの事などフリートークで情報交換を行いました。

9月20・27日 職業講座

ハローワーク新発田・村上と共催し職場講座を開催しました!
1日目はハローワーク新発田の仲村職業統括指導官より『働きつづけるには』をテーマに、働くための準備についてや応募書類の作成の仕方、面接の受け方についてお話させていただきました。



2日目は、模擬面接!
本番を想定した形式で行った為、緊張感ある中で実施しました。
面接の様子を受けて、ハローワーク新発田落合就職支援ナビゲーターより、「マスクをした面接は声の大きさを意識すること」や、「緊張は誰でもするもの。繰り返し練習することで上達する」等お話をさせていただきました。

最低賃金が上がります!!

新潟県の地域別最低賃金は、令和4年10月1日より

890円になります。 改定前：859円