

## PICK UP! イベントレポート

### <シャローム所沢>「ヨガ教室！」



この日はリラックス効果のあるラベンダーの香りのアロマを使って心地よい香りの中、ヨガを行いました。アロマの香りを楽しみながらのヨガには、リラックス効果はもちろん集中力アップなど、様々な効果があります。肩こり・腰痛解消は寝た姿勢の状態、タオルを使って足や体を伸ばし筋肉の緊張やコリをほぐします。血流も良くなり、肩こり、腰痛の解消に効果的。参加された方からは、「体がほぐれて気持ち良かった!」と感想をいただきました。

### <シャローム和光>「就労セミナー！」



皆さまの就職の大きな力になる「就労セミナー」を開催しました。テーマは「求人票の細かいところまでチェックしよう!」です。例えば「通勤手当はあるの?」「駅から徒歩〇分?」「昇給や賞与はあるの?」「就業時間は相談にのってくれるの?」「残業の注意事項とは?」などのチェックポイントを教わった上で、タイプの違う5社の求人票から皆さま自身の観点から会社を選び発表していただきました。「会社を選ぶ目を持つこと」も就職活動には大事なポイントなのです。

### <シャローム浦和>「難読漢字チャレンジゲーム！」



普段はなかなか使用しないような難しい漢字の意味を当てる「難読漢字チャレンジゲーム」を行いました。今回のテーマはスポーツ。「蹴球」でサッカー、「排球」でバレーボールなど、漢字のつくりから推測しながらチームで協力して正解を導きました。参加者の皆さまは、スタッフの想定時間より早く「あっという間」にクリアしていました♪頭も使いながらみんなで楽しく盛り上がる事ができた本ゲーム。答えが分かった時の「アハ体験」もクセになりますよ。

イベントの参加費は無料です。参加希望の方は事前に、下記まで電話、又はメールにてお問合せ下さい。

## 就労移行支援事業所 シャローム所沢・和光・浦和

つながる、から始まる社会の中の「あなた」をサポートします。  
ご利用になる皆様の個性に応じてプログラムをつくり、就職に結びつけます。

### シャロームの3大方針

#### ❖方針1：就職から職場定着までの完全サポート!

履歴書作成・面接対策・面接同行・企業見学・企業実習

#### ❖方針2：コミュニケーション力の向上!

気づきで悩み克服・実践と体験で自分磨き・外部講師を招いたイベントの実施

#### ❖方針3：ビジネススキルアップ!

70種以上の資格学習・51分野291項目のスキル研修が無料で受講可能  
試験免除プログラムや試験料補助などの充実した制度（在宅訓練でも利用可）



私たちが支援をいたします

お気軽にお越しください。定期的にイベントも開催しております。施設見学は随時受け付けております。

お問合せはこちら [HP: https://shalom-jp.org](https://shalom-jp.org)



<シャロームは埼玉県内に3事業所・全て駅近!>お近くの事業所にご連絡をください

#### ●シャローム所沢

所沢駅東口  
徒歩3分

〒359-0037

埼玉県所沢市くすのき台3-18-4  
所沢K・Sビル4階

TEL: 050-6865-3013

FAX: 04-2997-5181

mail: tokorozawa@shalom-jp.org



#### ●シャローム和光

和光市駅南口  
徒歩1分

〒351-0112

埼玉県和光市丸山台1-10-6  
志幸21ビル7階

TEL: 050-6865-6816

FAX: 048-451-3186

mail: wako@shalom-jp.org



#### ●シャローム浦和

浦和駅西口  
徒歩2分

〒330-0063

埼玉県さいたま市浦和区高砂2-6-18  
島田屋本田屋ビル303号室

TEL: 050-6865-6987

FAX: 048-827-1701

mail: urawa@shalom-jp.org



<受付時間> 3事業所とも月曜日～土曜日の9:00～17:00

Shalom Journal

# シャローム通信

2022年新春号



シャロームから皆さまへのお便り

シャローム作品展

PICK UP! イベントレポート



就労移行支援事業所

シャローム所沢

シャローム和光

シャローム浦和

# シャロームから皆さまへのお便り

## ◆シャローム所沢◆ Tokorozawa

### それぞれの希望に寄り添って

2022年も、多くの方々にお支え頂きながら、弊所が所沢の地にあり続けることができますことを心より感謝申し上げます。お陰様で、シャロームに在籍されている方々は、昨年コロナに感染することなく新年を迎えることができました。改めて、皆さまが生き延びたこと、一緒に話せること、笑い合えること、そんな日々を共に過ごせること、それだけでどれほど幸せであるかを日々噛みしめております。世界中の人たちがこの一年、どうか健康に過ごせますようにと、心から祈ります。

今年もシャロームは、お一人おひとりのなりたい自分、やりたいこと、手に入れたい未来に向かっていくために、その方に必要な支援を考え、オーダーメイド式のプログラムを進めてまいります。「必要なことを、必要な分だけ、無理のないペースで」ご本人と話し合い、希望に向かっていくプログラムと一緒に考えていくのがシャローム流です。今年もお一人おひとりの尊い希望が叶うよう、一步一步を共に歩み、心を込めて支援をさせていただきます。(シャローム所沢 施設長 最上千都)



## ◆シャローム和光◆ Wakou

### 新たな一年を迎えて

コロナ禍で2回目の年末年始を迎えました。「来年の今頃はもう影響がなくなっているといいね。」と期待を込めた言葉を多く耳にします。このマスク生活がいつまで続くのか、考えるだけでストレスになっている方も多いのではないのでしょうか。そのような状況での年明けではございますが今年1年、利用者の皆様には自ら立てた目標に向い、力強く歩んで頂きたいと思っております。安定した就労には就労スキルはもちろん、内面スキルも大切になってきます。内面スキルとは自分と向き合う力。困難に直面してもこの自分と向き合う力で自身の強みと希望を見出しより良い生き方を実現して欲しいと思います。

シャローム和光ではこの強みと希望を見つけるために様々なイベントや個別ワークを実施しております。これらの訓練を通し一人でも多くの方が理想の働き方、そしてより良い人生を歩むためのヒントを掴んで頂けたら幸いです。今年こそは新型コロナウイルス感染症が終息し、皆さんと思う存分イベントを楽しむことができる年であることを願っております。(シャローム和光 施設長 神田紀男)

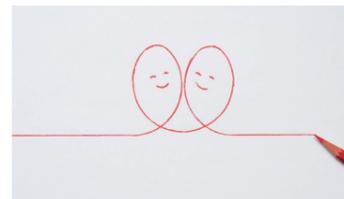


## ◆シャローム浦和◆ Urawa

### 初心忘るべからず 未来に向けて

数か月前、地域の同業者の方から、就労移行、B型事業所、生活支援などの横のつながりを深めるための情報交換会を開催するにあたり、登壇して頂けませんかと依頼を頂きました。シャローム浦和のPRタイムは、5分。さあ、大変。シャローム浦和を知って頂くために、沢山の方に、お集まり頂いた方を通して支援を必要とされている方にメッセージを伝えるには、何をどのようにまとめたら良いのか？考えました。その資料整理をしている時に、改めて、「Share ひとりじゃないですよ/Care 手を取り合って行きましょう/Imagination 一緒に考えてみましょう/Creation 新しい可能性だってあるんです!」の言葉と共に、利用者様の姿が重なりました。自分は、手を取り合っているのだろうか？と、自分に問いかけました。そしてもう一つ、「being 自分はどうありたいか/having 何を持ってばよいか/doing どのように行動するか」利用者様の未来と一緒に考え、今 何をしたら良いか？自分は、出来ているのだろうか？初心をふりかえり、立ち止まる大切な時をいただきました。

お一人おひとりの幸せな未来のために、大切な右腕のスタッフと共に心を合わせ、利用者様と一緒に歩んでいきたいと改めて思いました。シャローム浦和では直近5ヶ月間で8人の利用者さんが就職されました。みなさん元気に、頑張ってお仕事を続けていらっしゃいます。今年も利用者さんの心が明るく元気になれる楽しいイベントやグループワークを企画して、就職のお手伝いをさせて頂きたいと考えています。どうぞ、気軽にお立ち寄りください。お待ちしております。(シャローム浦和 施設長 森田基子)



# シャローム作品展 Exhibitions 2022年-冬-



シャローム各事業所の利用者様の作品を紹介します。

### ↓アロマキャンドル

利用者さんたち<シャローム和光>



〈作品説明〉  
利用者の皆さんで作成したアロマキャンドルです。気持ちを落ち着かせる時に使用して頂きたいと思います。



〈作品説明〉  
大きなトカゲのような生物と遭遇した絵です。口の中が影で暗くなっているのを表情するために、暗い色を使いました。

← 遭遇 [CGイラスト]

### → 道なき未知を往け [詩]

道なき未知を往け  
とめどなく溢れるこの感情は罪滅ぼしなのだろう。  
形無きものに支配される僕は弱く、  
限りなく弱く、際限なく未知だ。  
未知故に弱いのは罪だ。  
全ては知ることから始まる  
弱い僕にもう一度立ち上がる機会をくれた  
くよくよしている時間はない  
最高の未来を手に入れたい  
今一度頑張ってみないか？  
僕も頑張る  
何をしたいか、何ができるかさえ分からない。  
僕もそう。  
目まぐるしく変化する毎日についていけない  
今日を大切に生きていけない  
じゃあ、そのままでいいの？  
弱さを恥じず、  
知を学び、  
コロナを強く抱け。  
僕ははきつと強くなれる

〈作品説明〉  
あまり私は、物知りではない方です。幅広く色々な情報が日々流れていく現在において、置いていかれるような気持ちになります。誰でも過去に一度は何かしらで失敗した経験があると思います。その経験を活かせるかどうかはその人次第です。私もこの詩に恥じないよう、努力していきたいです。



来栖宇流さんへシャローム所沢

### ↓うしゃむとえーる [CGイラスト]

棚さん<シャローム浦和>

〈作品説明〉  
ワンポイントっぽいうしゃむちゃんといーるくんを描きました。作品づくりはイラストレーターの勉強にもなっているので大変助かっていますし、学びを得ています。今後もっといろいろなうしゃむちゃんといーるくんを描いていきたいです。



### ← ビジネス帳票 [ワード作品]

〈作品説明〉  
去年の秋ごろから、なんと51歳でパソコンを始めてここまでPC操作ができるようになった。支援してくださった方々のおかげです！

Business form with fields for name, date, and contact information. Includes a table with dates and times.