

2025年9月スケジュール あ・えーるワークス



	月	火	水	木	金
	1	2	3	4	5
午前	サイレント グリーンワークス ※定員4名 10:30~12:00	利用・個別相談	健康生活講座 ストレッチ&ヨガ ※定員5名 10:30~11:30	利用・個別相談	利用・個別相談
午後	利用・個別相談	グリーンワークス ※先着8名 13:15~16:00	自主練 ミュージック ※定員6名 14:00~16:00	グリーンワークス ※先着8名 13:15~16:00	利用・個別相談
	8	9	10	11	12
午前	利用・個別相談	利用・個別相談	利用・個別相談	利用・個別相談	利用・個別相談
午後	就労体験 New 有料老人ホーム グランシア北柏 ※定員3名 13:30~16:30 ※13:25現地集合	グリーンワークス ※先着8名 13:15~16:00	利用・個別相談	夕方に多世代交流 スペースで おむすびの会あるよ！ グリーンワークス ※先着8名 13:15~16:00	利用・個別相談
	15	16	17	18	19
午前		テツガク談義⑤ 「コミュニケーション」 ※参加受付終了 見学可 10:00~12:00	健康生活講座 太極拳&筋トレ ※定員5名 10:30~11:30	自分と他人を知ろう (他己紹介) ※定員6名 11:00~12:00	利用・個別相談
午後		グリーンワークス ※先着8名 13:15~16:00	自主練 ミュージック ※定員6名 14:00~16:00	グリーンワークス ※先着8名 13:15~16:00	利用・個別相談
	22	23	24	25	26
午前	利用・個別相談		利用・個別相談	利用・個別相談	利用・個別相談
午後	復活！ たまさんによる レジン講座 ※定員8名 13:30~15:00		自主練 ミュージック ※定員6名 14:00~16:00	グリーンワークス ※先着8名 13:15~16:00	利用・個別相談
	29	30			
午前	自分を知るワーク (興味編) ※定員6名 11:00~12:00	利用・個別相談			
午後	利用・個別相談	グリーンワークス ※先着8名 13:15~16:00			

A-YELL WORKS / あ・えーる・ワークス

★ワークスから大切なお知らせ★

「あ・えーるワークス」は令和7年4月より、事業内容を一部変更しました。名称はそのままですが、「就労準備支援」の機能はなくなり、ご自宅から出られない方など、より社会に繋がっていない方への機能を強化しました。福祉事業所見学会や就労体験は引き続き行いますが、「さあ、就労だ！」という段階の方は、他の専門機関をご紹介します。就労された方の面談は実施できませんが、講座やグリーンワークスのご参加は可能です。ワークスは引き続き、「楽しい社会参加」をテーマに、皆様の次のステップへの中継地点として機能します。

◆ご利用の流れ ご関心のある方や参加をご希望される方は、電話にてお問合せください。

◆予約について

予約制となっております。面談や講座への参加をご希望の際は事前にお電話にてお問い合わせください。

◆休館日

土曜日・日曜日・祝日・年末年始(12月29日～1月3日)

*利用相談・個別相談

- ・ひきこもりがちな生活をしている方
- ・心の病気を抱えており、すぐの社会参加が難しい
- ・何かしらの障害があるかもしれない方(障害をお持ちの方や手帳を取得している方)
- ・仕事がしたいけど、まずはゆっくり自分のペースで働きたい(福祉事業所等)
- ・家族以外の人や、社会との接点がなく、孤立した生活を送っている方など、一人ひとりの悩みや困りごとについて個別の相談でお応えします。

*訪問相談&オンライン相談

来所が難しい方にはご自宅への訪問も可能です。また、対面での相談に抵抗がある方はオンライン相談も対応可能です。

◆電話:04-7114-2226

◆mail:a-yell-works@kizuki.or.jp

◆受付時間:月曜日～金曜日 午前9時～午後5時

◆場所

〒277-0005 千葉県柏市柏5-8-12 教育福祉会館2階

*グリーンワークス(定員8名)

ご自身の「やりたい事」を行なっていくフリーな時間です。実施時間内であれば何時に来て、何時に帰ってもOK！ 読書、創作活動、楽器練習、PC練習など皆さん自由に過ごされます。「何をしたらいいかわからない…」という方にはスタッフから提案させていただきますのでご安心下さい♪

*健康生活講座(定員8名)

生きていくために必要な体力の維持・向上を目指します。リラックスできるヨガからハードな筋トレまで様々なワークアウトを用意しています！「運動したいけど、きっかけがないんだよねー」なんて方はぜひご参加下さい♪

*検査

自分に適した仕事に分かる職業適性検査(GATB等)や心理系の検査(うつ病の発見や不安や恐怖を感じやすい症状があるかを測定する検査)、自己理解を深める検査(エゴグラム等)を実施しています。※計10種類の検査を実施

楽器練習に関するお知らせとお願い:9/3,17,24の水曜午後は楽器【自主練習】のためにワークスを開放します。なお、火・木曜日のグリーンワークスも音出しOKにしますが、水曜午後に来られないなど理由がない限り、水曜午後か木曜日のグリーンワークスを練習日にしていただけますようお願いいたします(10日を除く)。お願いがコロコロ変わって申し訳ありませんが、各所調整した結果です。ご容赦ください。

今月の目玉企画 ① (定員3名)

♪就労体験 有料老人ホーム グランシア北柏様

New

有料老人ホームとは、高齢の方が利用料を支払って生活する居住施設のことです。ご自宅での生活が難しい方に、施設の方が食事や清掃、生活支援などのサービスを提供されています。ワークスは施設にお邪魔し、レクリエーションや枕カバー交換などをお手伝いします。グランシア北柏様での活動が気に入ったら、ボランティアとして受け入れを依頼することもできます。特に高齢者福祉は人手が足りません。今後の進路の選択に、ぜひ体験してみてください。

今月の目玉企画 ② (定員6名)

♪復活！ たまさんによるレジン講座

昨年好評だった、レジン講座。お仕事の合間を縫って、講師・たまさんが帰ってきてくれました！ 講座参加者オリジナルチャームをつくりましょう。11/8(土)、9(日)にラコルタ柏全体でのイベント、通称「ラコルタフェス」があり、ワークスは9日にレジン講座を実施します。その際、たまさんの助手育成を兼ね、9月から11月まで、月1回レジン講座を行います。目的をもって楽しむと、あっという間に上手になりますよ★

今月の目玉企画 ③ (定員6名)おかえり齋藤さん企画①

♪自分と他人を知ろう(他己紹介)

他の人の紹介を通じて、多様な価値観に触れる機会が増え、楽しくコミュニケーションするアクティビティです。自分では意識していなかった意外な一面を発見するかもしれません♪

今月の目玉企画 ④ (定員6名)

♪おかえり齋藤さん企画② 自分を知るワーク(興味編)

自分の興味を探りたい方必見！
あなたの隠れた才能や強みを発見し、明日に向けた未来を切り拓きましょう！このワークでは、様々な質問やアクティビティを通して、自己理解を深めます。過去の経験を振り返り、自分の価値観や興味を客観的に見つめ直すことで、新たな発見があるかもしれません♪

♪自主練 ミュージック(定員6名)

ラコルタフェス開始時、終了時は3階に集まって楽器演奏をしたり歌ったりします。そのようすは、老若男女集まってのザ・青春！ その場に参加するだけでもザ・青春！ 今年の課題曲は、AKBの「365日の紙飛行機」。参加したいけど楽器がない、練習する場所がない方は、ワークス内の楽器で練習していきませんか？ 楽器演奏経験がない方は、貸出用PCでYoutube等でご確認ください。新しい趣味を始めてみましょう。

♪テツガク談義「コミュニケーション⑤【最終回】」

(参加受付終了、見学のみ可)

自分なりのコミュニケーションとの向き合い方を探る本講座、最終回は劇団ワークス。役割を演じることで他人の気持ちを疑似体験します。

◆他機関催しのご連絡:今月は9月11日 毎月第2木曜日、17時以に降ラコルタ柏2階多世代交流スペースで開催されている無料のグルメイベント！おむすびを食べれる日もあればカレーの日も！当日は14時から誰でも参加できるeスポーツもあるようです。

