

コレンド通信

2025
創刊

このたび、親会社である東京都ビジネスサービス株式会社の創立40周年を記念し、情報誌「コレンド通信」を創刊いたしました。これまでの歩みに感謝を込めて、本誌では障がい者雇用をはじめとする社会的使命に向けた取り組みや、未来を見据えたアイデアを皆さまにお届けいたします。すべての人が自分らしく働ける社会の実現を目指し、私たちはこれからも皆さまと共に前進してまいります。今後とも温かいご支援のほど、よろしくお願い申し上げます。



今月のピックアップ!

●特別プログラム、ネイルケア。

プロの講師が分かりやすく解説するネイルケアプログラム。このプログラムは、爪の健康を保ちながら、美しさや自己表現の一助となることを目指しています。初心者でも安心して参加できるよう、丁寧な指導を心掛けています。

近年、ビジネスシーンや日常生活においても、男女問わず重要なスキルとして求められるようになってきているネイルケアを通じて、自分自身を整えリラックスできる時間を一緒に過ごしましょう。就労移行でも自立訓練でも人気のプログラムです。



●身だしなみチェック

当てはまるものにチェックを入れ、自分の身だしなみを確認してみましょう。

- ☐爪がきれいで整っていますか？
- ☐髪型は清潔で適切なスタイルですか？
- ☐メイクのバランスは整っていますか？
- ☐洋服にシワや汚れがありませんか？
- ☐汗対策はできていますか？

この時季は汗をかいてもすぐに乾く素材のインナーがおすすめです。特にポリエステルやナイロン混紡のものが良いですね。

また、外出時には汗を拭くための専用シートがあると便利です。さっぱりとリフレッシュできますよ。

(*^*)V

●ストレスチェック

当てはまるものにチェックを入れ、自分のストレスレベルを確認してみましょう。

- ☐最近イライラすることが多い。
- ☐気分が落ち込みやすいと感じる。
- ☐頭痛や肩こりなど、身体の不調を感じる。
- ☐睡眠の質が悪くなってきている。
- ☐食欲の増減を感じる。
- ☐何をするにもやる気が出ない。
- ☐他人とのコミュニケーションが億劫だ。

誰かに相談することで、自分一人では気づけない解決策が見つかることもあります。私たちに気軽に声をかけてくださいね。話すだけでも気持ちが軽くなることがありますよ。



Coriend

しょうがい者就労支援センター コレンド

就労移行支援コレンド東陽町
東京都江東区東陽2-4-46 ASKビル5階
TEL:03-3615-3500
受付時間 平日9時～18時(年末年始除く)

自立訓練コレンドカレッジ門前仲町
東京都江東区富岡2-6-13 GOWA富岡2F
TEL:03-5809-8290
受付時間 平日9時～18時(年末年始除く)

●ご意見・ご要望はこちら



もっと知りたい!コレンドの人気プログラム。

●特別プログラム e-スポーツ

コレンドでは毎月2回、e-スポーツプログラムを開催しています。このプログラムでは、訓練生の皆さんがチームワークを育み、集中力や問題解決能力を高めるとともに、自己肯定感を向上させることを目指しています。

「プログラムに参加することで、自分のコミュニケーション能力がどんどん上がっていると感じています。毎回楽しみながら、将来



に向けた自信を持てるようになりました。」
(訓練生：Aさん)

●フィールドワーク (自立訓練)

毎回約2時間かけてのお出かけは、ストレス緩和やリラクゼーションに繋がります。日によってコースを変え、交通機関を利用することもあります。この日はコレンドカレッジ門前仲町をスタートし、富岡八幡宮、墨田川、スカイツリーなどを横目に訓練生の皆さんで交流を深めました。



見学・体験プログラムの受付はいつでも行っています!

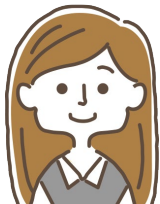
●スタッフ紹介

Sさん (コレンド東陽町・センター長)

寄り添う姿勢を大切に、利用者さんの納得を第一に考えています。

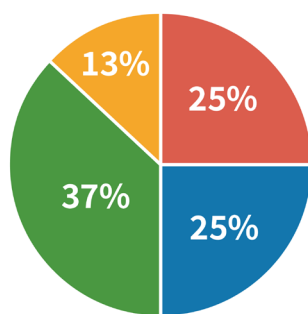
福祉の分野で役に立ちたいという思いから、自立訓練の支援員としてキャリアをスタート。利用者さんと寄り添いながら、ただ就職を促すのではなく、本人が納得するまでともに歩む姿勢を大切にしてきました。コレンド東陽町では、就労支援プログラムの企画やスケジュール管理を担当しています。

趣味は旅行と食べ歩きで、新たな場所や味の発見を楽しんでいます。ぜひ一緒に成長していきましょう。

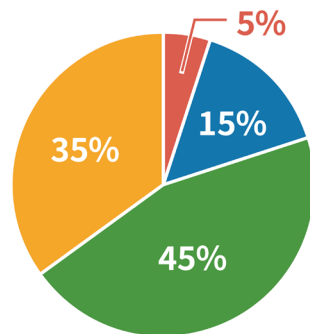


●利用者さんの障がい種別

就労移行支援
コレンド東陽町



自立訓練
コレンドカレッジ門前仲町



● 身体障害 ● 発達障害 ● 精神障害 ● 知的障害

※2024年度

お気軽にお問い合わせください!



Coriend

しょうがい者就労支援センター コレンド

就労移行支援コレンド東陽町

東京都江東区東陽2-4-46 ASKビル5階

TEL:03-3615-3500

受付時間 平日9時～18時(年末年始除く)

自立訓練コレンドカレッジ門前仲町

東京都江東区富岡2-6-13 GOWA富岡2F

TEL:03-5809-8290

受付時間 平日9時～18時(年末年始除く)

●ご意見・ご要望はこちら

