えがお通信

Vol.14
発行元：一般社団法人えがお工房８
編　集：えがお工房８たんと
発行日：2015 年 7 月 25 日
電　話：076-256-3073
E-mail：info@egaokobo8.com/
U R L：http://egaokobo8.com/

訓練・就労・仕事そして楽しいレクリエーションも！

えがお工房 8 の二つの事業所では毎日就労に向けての訓練や仕事に励んでいます。もちろん時には楽しいレクリエーションも。そんな７月の様子です。

☆ 新講座もスタート、ますます充実してきました ☆

就労移行支援事業所 えがお工房８たんと

えがお工房８たんとでは、女性の利用者さんも増えてきました。事業所の中も華やいでいます。

そうしたこともあり、７月 22 日水曜日より、女性の利用者さんにも馴染みやすい新講座「水引講座」がスタートしました。

水引は金沢の伝統工芸。水引というとのし袋しか思い浮かばないかもしれませんが、それだけではなく水引を利用した様々な作品が作られています。

初回は３名の女性利用者さんが受講。優しく丁寧な西本先生の指導のもと、みな素敵な作品を仕上げることができました。水引講座は今後も毎週水曜日に開催していきます。きっと優秀な水引作家が誕生することでしょう。

☆プランター２つの小さな花壇、きれいな花たちに心癒されています☆

就労継続支援Ａ型事業所 えがお工房８クリーン

えがお工房８クリーンでは、先日、事業所の前にお花の寄せ植えを置きました。みんなで植えてみんなで毎日お世話をしています。

プランターふたつのささやかな花壇ですが、あるとないとではやはり気分が違います。朝の出勤時や掃除の現場から帰ってきたときなど、入口の前に植えられた花を見るとほっとします。

このところの強い日差しや暑さにも負けずに咲いているお花たち。えがお工房８クリーンにお立ち寄りの際はぜひ目を留めてみてください。

えがお通信編集部

by 文書作成講座

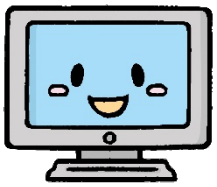
いま取り組んでいること

今、取り組んでいることは、パソコンを開いてワード、エクセルの入力をすることです。以前に少しだけ使ったことがある程度の知識しかないため、資格の取得となると自己流で覚えたやり方では全く役に立たないと痛感しました。えがお工房さんでは笠木先生に質問し、指導をしていただきながら日々、検定のテキストをこなしています。

何度も同じことを笠木先生に訊いているのですが、先生は嫌な顔をせずに丁寧に教えてくれます。ワード・エクセルの知識の向上もしながら、人としてのあり方も教えられる思いです。

（酒井大輔）

今、取り組んでいることは、マイワークでパソコンを使って電車の特徴についての文章を作成することです。その文章作成が課題となり、過去に描いた電車や列車の絵を使って、その列車の詳しい内容について入力しています。列車の名称と運行路線、運行開始日、列車の編成、座席や号車の案内、列車の最高速度などが特徴です。　その文章ができたものは保存して、印刷してファイルに綴り、「鉄道図鑑」にしています。ですが、今は途中ですので、ボチボチと完成させて、順次ファイルに綴って仕上げたいと思います。そして、今は自分用に作っていますが、笠木先生からご意見をいただき、近々、８たんと用にも図鑑を作りたいと思っています。　（ヨッシー）



今年度に入ってからＰ検のタイピングの試験を３回受けました。最初は６０点台だったけれど、最近受けたときは自己最高の８３点になりました！受けるたびに点数が良くなっているので嬉しいです。

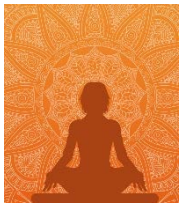
Ｐ検の知識問題や実技はまだまだなので、模擬試験で不合格が減って合格が多くなってからタイピング以外の試験に挑戦したいと思いました。次回も頑張ります。　（タックス大好き♡）

現在、８たんとで、再就職に向けてスキルアップに励んでいます。一番の目標はパソコンのスキルアップで、Ｐ検準２級です。十年ぶりのパソコンの勉強は楽しく、テキストを舐めるように学習できます。エクセル基礎、パワーポイント基礎を、自習などしていて、苦労もありますが楽しさが大きく上回っています。　（メタメタ）

最近のマイブーム

最近のマイブームは、インドのお香を焚いてリラックスすることです。そして、それと同じくらいに興味があるのは瞑想することです。

本屋で良さそうな書籍を選んで、今、勉強中なのですが、姉にすすめられて、この間、TM 瞑想の説明会に行ってきました。瞑想すると心が落ち着いたり、いろいろな病気を改善できたり、いいことがたくさんあるというのが惹かれている理由ですが、この連休中に TM 瞑想の基本コースを受講しようと思っています。



少しワクワクするとともにちょっとだけ心配もあります。でも、楽しんで受講できればいいと思っています。（たけさん）

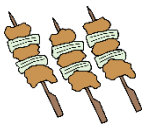
最近のマイブーム

最近は渡辺美里さんの「tokyo」というアルバムをよく聴いています。このアルバムには「サマータイムブルース」や「遅れてきた夏休み」という、いかにもこの季節にぴったりの曲が収録されていて、運転中に聴くと気分が盛り上がります。ずいぶんと懐かしいものですが、久しぶりに聴いても色あせない珠玉の名曲ぞろいです。

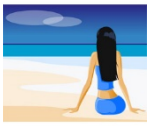
（文書作成講座講師　永江）

７月５日の日曜日に富山市に行ってきました。富山のＫＮＢという放送局や出店などを見てきました。出店では、焼きそばや焼き鳥、ノンアルコールビールなどを買って飲食しながら夕方の５時頃までイベント会場にいました。ＫＮＢのブースでは、放送局内を見学したりマスコットキャラクターと写真を撮ったりして楽しかったです。とても充実した一日でした。　（マル君）

この間、友達に鳥越にある綿ヶ滝に連れて行ってもらいました。滝に行くまでの階段がきつくてとても大変でした。滝はきれいでしたが川の水が濁っていて汚かったので、入るのを諦めて、真逆の海・ＣＣＺに行ってきました。水着を着て海に入りましたが、まだ海水が冷たかったです。海に浮かんでまったりしていました(笑)。楽しかったです。居酒屋でごはんを食べて解散しました。　（A.）



最近あったこと、できごと



５月９日(土)に久しぶりに福井恐竜博物館に行ってきました。福井で発見された恐竜の化石や外国で発見されたものなどがたくさん展示いてありました。カマラサウルスの産状の化石や恐竜のカラダと暮らしがあったり、ティラノサウルスやフクイラプトルのロボットがあったりして大人気です。恐竜のジオラマで中国四川省の恐竜たちの展示も久しぶりに見られました。自分が驚いたのは、中国で見つかった、最大の竜脚類であるマメンチサウルスです。昔、中国で、あんなに大きな恐竜が生きていたのはとてもビックリです。

地球の科学ゾーンでは、福井で発見された恐竜や手取層群の恐竜、日本の恐竜やアジアの恐竜、「水と地球」や「火と地球」、化石と年代、発掘現場の再現などの展示があります。生命の科学ゾーンでは中生代の海の爬虫類や翼竜の展示、古生代に生息していた生物のジオラマ展示、生命の誕生や脊椎動物の出現の展示、恐竜時代の森の展示、それに、新生代の陸や海の哺乳類の展示や自然の中の人類の展示などがあります。

ダイナラボでは、ティラノサウルスの骨を間近に観察ができたり、実物の化石や隕石に触れたり、クイズに挑戦したりすることができる、参加体験コーナーがあります。化石クリーニング室は、発見された化石を石から取り出すための作業場です。エントランスホールの１階から見学できます。自分が福井の恐竜博物館に行ってたくさんの恐竜の化石を見ることができて良かったと思います。

昼にはオムライスを食べました。博物館のレストランで食べたのは１４年ぶりです。レストランも昔と違って少し変わっていました。お土産を買うときにミュージアムショップに行ったら、今まで行ったときと違って、店の中もだいぶ変わっていました。

博物館の外に出たあと、新しくできた、かつやまディノパークに行きました。ディノパークには、たくさんの恐竜のロボットがあります。ティラノサウルスやディノニクス、プテラノドンやスピノサウルス、ヴェロキラプトルやアロサウルス、アンキロサウルス、パラサウロロフス、テノントサウルス、パキケファロサウルス、ステゴサウルス、マメンチサウルスなど、２４種類の恐竜のロボットが展示されています。自分は、まるで恐竜の時代にタイムスリップしたように思えました。

できればまた福井の恐竜博物館にイベントなどがあるときに行きたいと思います。　（祖濱智光）

メンタル講座講師紹介

講師 坂本 茂樹さんは、コンピュータ会社勤務中、鬱病の多さに愕然とし、社員を良くしたいとの思いで奔走するうち、独自理論「ほんわか理論」を確立する。

2010 年秋、「○○するとよい」と教えるより「○○したくなる雰囲気作り」を大切にするセミナー、ほんわか寺子屋を立ち上げる。

セミナー動員数　約 2,500 人、講演回数　約 50 回、カウンセリング数　約 400 人

企業を始め、学校、先生の道徳教育勉強会等で講演やセミナーを開催している。

と、書くと固い感じですが、普段はしげっちゃんの愛称で親しまれている みるからに「ほんわか」とした先生です。たまにお結び屋さんにも変身しちゃいます。

東奔西走のしげっちゃんの情報は Web サイトで
→ http://pasolio.web.fc2.com/

試験合格のため 4 ヶ条

1. テキストをよく読む・読解力を鍛える
   パソコンを習得できるかどうかは文章を読んで理解する力があるかどうか、というところに行きつきます。読書しましょう！

2. とにかく手を動かす
   「こうしたら、どうなりますか？」ではなく、そう思ったら自分でやってみる。操作するのは自分自身。どうなるか？と思ったらとにかく手を動かしてやってみましょう。
3. 自分が出来ることを疑う
   自分のいまやっていることは果たしてベストな方法なのか、他にもっと効率的なやり方があるのではないか？常に自分を疑いながら、謙虚に学ぶ姿勢を持ちましょう。
4. 浮気はしない
   各試験の公式テキストあるいは定評のあるテキスト 1 冊を徹底的にマスターする。最低でも 3 回は繰り返す。付属の模擬問題などは最低でも 5 回以上は繰り返し常に 90%以上の得点をだせるようにしておきましょう。
   他のテキストや問題集に手を出すのはそれから。

資格試験問題にチャレンジ！

日商 PC 検定 3 級 データ活用分野

Q.データの検索において、記号「*」や「?」をワイルドカードと言います。では「?」はどのような役割を果たしますか。次の中から、最も適切な説明を選びなさい。

1. 任意の 1 字に置き換える。
2. 任意の 1 字または、任意の 1 つ以上の文字を検索する
3. 任意の数字に置き換える

日商 PC 検定 3 級 データ活用分野

Q.「限界利益」の計算式を次の中から選びなさい。

1. 売上高-固定費
2. 売上高-変動費
3. 固定費+変動費

技術評論社 日商 PC 検定試験 データ活用 3 級合格教本 より

■解答　日商 PC 検定 3 級 データ活用分野 ・・ 1
日商 PC 検定 3 級 データ活用分野 ・・ 2

次回 P 検・日商 PC 試験日程

2015 年 8 月 7 日（金）
※ 毎月第 2 金曜日開催

Web でも情報発信中！一般社団法人えがお工房 8 Web メディア

- 公式サイト：http://egaokobo8.com/
- Facebook ページ：http://www.facebook.com/egaokobo8/
- Yahoo!ストア：http://store.shopping.yahoo.co.jp/egaokobo8tanto/
- Twitter：https://twitter.com/smile8tweet/

スタッフ haha の

～ スマイル・ルール No.15 ～

「ポジティブになるチカラ」

～ A さんの場合 Vol.1 ～

「ポジティブ」とは、積極的、明るい、前向きという意味があります。就職活動を進めるには必要なことですが、そうなるためには、どんなチカラが必要なのでしょうか。難しそうなので、すでにポジティブな人にインタビューしてみました。

A さんは今の職場に勤めて 3 年。こんなことがあったそうです。「働きはじめた頃の話ですが、上司から仕事の依頼がありました。でも細かい指示がなかったので困ってしまい不安になりましたが、わからないまま自分なりにやってみました。一所懸命やったのですが、上司が望む状態ではなかったようで、結局叱られてしまいました。

どうしてちゃんと教えてくれないのだろうと思いましたが、直接上司にそんな不満を言うことなんてできませんでした。
何度か同じようなことが続き、会社に行くことがイヤと感じるようになりました。」

あらあら、ポジティブな話どころか、仕事を続けることもピンチな状況ですね。さて、この後どんなことがあって、現在も働き続けることができているのでしょうか。

次回につづく。　スタッフ haha

☆体験会・見学会のご案内 ☆

就労移行支援 えがお工房 8 たんと
8 月 25 日(火)～ 28 日(金)
就労継続支援 A 型 えがお工房 8 クリーン
見学希望の方はご相談下さい

■編集後記■
長年、職業訓練講座の中で MOS 試験の対策講座を行ってきました。その経験からの合格のための 4 ヶ条。好成績で合格される方に共通するものです。自分のやり方を変えようとしなかったり、やたらといろんな問題集に手を出したり、気持ちはわからなくはないですが、おすすめしません。（Pooh）