

障害のある方の「働きたい」を応援!

ティオ神保町通信

12月号

2022
Vol.75

就職者数更新中! ティオ4事業所で

就職者数 312名

(2022年11月30日現在)

利用者さんに聞きました!

ティオ神保町を選んだ理由は何ですか!?

ティオ神保町に通われている利用者さんに、数多くの就労移行支援事業所が都内にある中、なぜティオ神保町を選ばれたのかを伺いました。今回はそのお声の一部を紹介させていただきます。

情報の管理が徹底していて安心

面談室があるので、人に聞かれたくない話を個室で相談できるのがいいです。

話したプライベートの情報は「他のスタッフと共有しても大丈夫ですか」と毎回確認してくれるので、情報の機密がしっかりしていて安心して相談できます。

また、就活サポートだけでなく、生活リズムや体調面のサポートもしてくれるのもありがたいですね。



Kさん (20代男性)

資格学習に最適な環境!

資格を勉強する環境が本当に充実しています。私はTOEICやTOEFL、JLPTのような語学資格を沢山受けましたが、試験料を補助してくれる制度があるので、金銭的に大変助かります。

また、担当スタッフの定期的なモニタリングがあるので、資格勉強の目標設定や進捗管理も相談しながら進められるのがとても良いです。



Rさん (20代男性)

スタッフとの程よい距離感と訓練の自由さがとても良い!

スタッフとの距離感が程良いと感じています。他の事業所も見学しましたが、お客様扱いし過ぎている感じがして、ちょっと居づらい感じでした。一方、ティオのスタッフは、声をかけやすく、不安事にもすぐに相談できる距離感で、とてもありがたいです。

また、集団型の授業形式だと、自分が必要としない訓練まで行わなければならないという不自由さがあるのですが、ティオは個別カリキュラムなので、自分が必要とする学習や訓練だけに集中し、自分のペースでできるという自由さがあります。この2点で、ティオ神保町に通おうと決めました。



Kさん (30代女性)

以上、利用者さんの声の一部をご紹介させていただきましたが、他にも「アットホームな感じが良い」「パソコンで分からないところがあるとすぐに質問に答えてくれる」「悩みや課題があると、すぐに対策を講じてくれる」「通所時間や通所日数を柔軟に対応してくれる」など、様々ありました。

是非、事業所選びのご参考にさせていただければ幸いです。

イベント紹介

先月も沢山の楽しいイベントを開催しました！

11/5(土) ランチ中華食べ放題

ランチ中華食べ放題で九楽溝銀座店へ。味もボリュームも皆さん満足され、素敵なランチタイムとなりました(^_^)



11/12(土) ヨガでリフレッシュ♪

第2回ヨガ講座を行いました。体の代謝が良くなると非常に好評のイベントです。



11/19(土) 蒸しパンづくり

沢山のトッピングを添え、思い思いのスイーツワンプレートができ、美味しくいただきました。



11/26(土) 浜離宮恩賜公園へGo!

中央区にある江戸時代の代表的な大名庭園を散策。帰りはカフェでくつろぎました。



ティオ神保町では、毎週土曜日にこのような心身に良いリフレッシュできるイベントを開催しております(^_^)

プログラム紹介

絶対的な自信をつくる！～正しい目標設定の仕方～

皆さんは、どれくらい自分に自信を持っていますか？

自信は自分の成功体験から得られるものですが、多くの人は、自分で設定した高い基準に振り回されて、ダメだダメだと自己否定し、成功体験を得ることができていません。そこで、成功体験をしっかり得て自信をつけるコツとして、まずは自分自身を冷静に見つめ、現状を受け容れる。

自分の今のレベルを過小評価せず、過大評価もせず、冷静な客観的視点で、これぐらいと。そして、今できることの一步上、半歩上のハードルを設定してあげることによって「できてる、やれてる」と自分で自分に〇を与えてあげることができます。

例えば、筋トレを始めたばかりのあなたが、バーベル 50kg をいきなり 50 回連続で持ち上げようとしても、厳しいかもしれません。そして、それができなければ、自分ではできずにダメだ、なんて思って、モチベーションも上がらず、筋トレをやめてしまう。こうなると、成功体験が得られず、自信につながりません。「挑戦してもいつも失敗してしまう自分」というセルフイメージが強くなるばかりです。まずは、数回から挑戦し、10回、11回、……と、少しずつ回数を増やし、負荷をかけていくと、時間はかかるかもしれませんが、最終的に理想の回数に近づくことができます。

その日の目標回数を達成する度に、「よっ！」とできた自分を褒め、達成感を得ながら行うとやる気も維持でき、目標達成するまで継続して取り組みます。何か新たなことに挑戦するとき、いつも挫折してしまい、いつまで経っても自分に自信を得られないという方は、是非この目標設定の方法を試してみてください。

ティオ神保町では、このような日常で役立つライフハックの紹介をプログラムや訓練で行っております(^_^)



就労移行支援事業所 就労定着支援事業所

ティオ神保町

ティオ船堀 ● 船堀駅徒歩2分
〒134-0091 東京都江戸川区船堀3-7-17 第五トヨダビル5C
☎ 03-3686-7321

ティオ西葛西 ● 西葛西駅徒歩2分
〒134-0088 東京都江戸川区西葛西 6-10-12 MMビル3階
☎ 03-6663-9963

ティオ森下 ● 森下駅徒歩0分
〒135-0004 東京都江東区森下2-18-2 センテナリー森下2階
☎ 03-6659-5782

オンライン見学および相談

見学や相談のお問い合わせをいただきました方には、従来通りの来所いただく方法以外にも、Webを活用しての見学やご利用相談をご案内いたします。詳細はお問い合わせください。



Facebook



Instagram



〒101-0051

東京都千代田区神田神保町1-7
日本文芸社ビル3階

神保町駅A7出口から徒歩1分!

お問合せ



見学・体験 お気軽にお問い合わせください!

発行日：令和4年12月1日

発行：就労移行支援事業所 ティオ神保町



TEL：03-5244-5677

Mail：info.j@tio.tokyo.jp

【電話受付】9:15～17:45（日曜定休）

※令和4年は12月29日まで開所。令和5年は1月4日から開所となります。