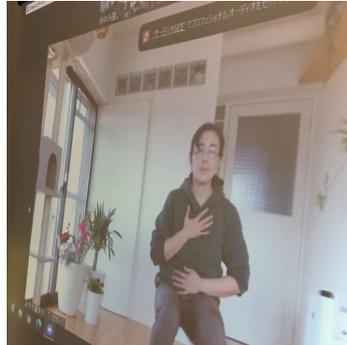


令和3年度

第2回 職場定着のための在職者交流活動

令和3年11月20日(土)

テーマ: ~Zoomを活用しストレスマネジメントを学ぶ!! ~



今回の在職者交流会はオリーフの事務所ときずな作業室を活用し広いスペースを確保、開催時点において県内の新型コロナウイルス感染症による感染者は0名ではあるが、参加者全員の検温、7クチン接種の有無確認、消毒、マスクの着用、換気を徹底し、さらにソーシャルディスタンスを確保した座席配置をて実施した。

参加者は利用者14名、職員4名の18名であった。会議用オンラインツールZoomを使用し、オリーフ職員による講義とヨガ講師によるストレスマネジメントを行った。新型コロナウイルス感染症拡大により在宅勤務、帰省などの制限の中多くのオンラインツールが普及してきたが、言葉は聞くけど実際にしたことのない利用者も多く、今回はZoomの基本をみんなで学ぶことができた。講義の後、実体験として県外にいる講師とZoomを通して自己紹介などを行った。スクリーンに自身の画像が出て緊張する参加者もいたが楽しく学べたという声が多かった。後半のストレスマネジメントは実際に身体を動かしたりすることが出来て、普段の疲れが少し取れて良かったと講師に感謝する参加者も居た。

参加者のうち1名は開催日と勤務日が重なっていたが、上司がZoomでの参加なら良いと許可が出たことにより、Zoomで参加することができた。参加できて良かったという感想をもらい、今後は参加したいけど遠かったことで断念していた方への参加案内を進めていくことも検討する。

参加者から疲れが取れて楽しい時間を過ごすことができた、他の参加者とも交流を深めることができたという声を聞き、今後の仕事への意欲喚起につながると感じた。

R3年度 第2回職場定着のための在職者交流活動

テーマ: ~Zoomを活用し、ストレスマネジメントを学ぶ~!!~

- 10:00 集合
三好センター長 挨拶
Web会議で多く使われているZoomを学ぶ
自己紹介
- 10:40 休憩
- 10:45 Zoomにてストレスマネジメント・ストレッチ
11:45 講師: 寺木 喜美子先生(オンライン)
11:50 意見交換・感想
- 12:00 三好センター長挨拶 解散



障害者就業・生活支援センター オリーブ

iPhone,iPad



携帯を持っていて、アプリをダウンロードしても
良い人は実際にやってみよ!!



※パケット通信費が必要です…



zoom



Android



Playストア

https://www.youtube.com/watch?v=yczj_3EBGo0