



浦安市障がい者就労支援センター  
 (浦安市ワークステーション 1F)  
 住所 279-0032 浦安市千鳥 15-5  
 TEL 047-304-6200  
 FAX 047-304-6202  
 ☒ urayasu-syurosien@roukyou.gr.jp  
 開館日 月曜日～金曜日(祝日を除く)  
 開館時間 午前9:00～午後5:30  
 <受託事業者>  
 労働者協同組合ワーカーズコープ・センター事業団

# 浦安市障がい者就労

## 支援センター通信



# あけましておめでとうございます 本年もよろしくお願ひします

新年あけましておめでとうございます。今年の干支は辰年です。辰と言えば龍(ドラゴン)、日本では『オロチ』がそれにあたるでしょうか。日本には『龍』にまつわる神話や観光地が数多くあります。日本の神話として古事記に書かれている、建速須佐之男命(スサノオ)が八岐大蛇(ヤマタノオロチ)を対峙した話が有名ではないでしょうか。観光地も数多くあります。日本三景にも数えられる京都の『天橋立』や茨城県水府村にある『竜神大橋』はじめとして数多くのスポットがあります。海外にも多くの『龍』にまつわるスポットがありますので調べてみてはいかがでしょうか。

これからの時期、新年度に向けて求人が多くなる時期です。年が変わり、新たなチャレンジを考えていくにはいい季節ではないでしょうか。浦安市障がい者就労支援センターでは引き続き、就労に関するサポートをおこなってまいりますので、今年もよろしくお願ひ致します。



# 2024

### 今年の干支は「辰」です



辰は古くから中国では権力の象徴とされており、『正義』を表します。草木がととのった様子を表す文字としても使われています。過去辰年では、東京ドームの開場(1988年)、イチロー選手が日本人野手初のメジャーリーガーに(2000年)、東京スカイツリーの開業(2012年)など様々なことがありました。「変革や進化の年」といわれている辰年。今年はどうなるのか、またどんな年にしていきたいか、年始に目標を立ててみるのはいかがでしょうか。

### 昨年はこんなことがありました！

#### 【スポーツ】

・第5回ワールド・ベースボール・クラシック(WBC)開催。

日本(侍ジャパン)が3回目の優勝 2023年

・世界体操の男子団体が日本で8年ぶりに金メダル獲得。

・FIBAバスケットボールワールドカップ開催。



#### 【社会】

・シャンシャン、中国に返還(2月)

・こども家庭庁発足(4月)

・新型コロナ「5類」に移行(5月)

・LGBT理解増進法が成立(6月)

・ハワイ・マウイ島で山火事(8月)

・円相場一時1ドル=150円台に(10月)

・新語流行語大賞に「アレ」(A.R.E)(12月)



## 就労支援センタースタッフの去年の振り返りと今年の目標

去年は、はじめての入院、手術をしました。健康のありがたみを知りました。一方でコロナ過後、久しぶりに海外に行きました。いろんな経験をしました。今年は年男。健康に気をつけて、視野を広げられるように新たな発見を求め、探索活動をしていきたいと思います。(相談員・O)

去年は、生活習慣の改善が必要でした。「健康第一」。健康でなければ仕事も出来ないなので、バランスの取れた食事、良質な睡眠、適度な運動を心掛け、ストレスを溜めない事で健康な身体を維持し、プライベートも仕事も充実した年にしたいと思います。(相談員・S)

去年は、経験したことのない猛暑の1年と感じました。11月の初めまで半袖でいた記憶は、昨年しか思い当たりません。WBCで日本が3度目の優勝したことも忘れられません。今年の抱負は、早寝早起きを習慣にすること。そして身体に負担を掛けない生活を心がけたいです。(相談員・K)

去年の4月からこちらで働かせていただきました。まったく別の業界から転職し、毎日があっという間に過ぎていきました。ご迷惑をおかけした部分もあったと思いますが、今年も、皆様のお力になれるように陰ながら支えていければと思います。(事務員・N)

「昔は良くやっていたけど、最近はやらなくなったこと」を、再度始めてみた2023年でした。1つは新作映画を観ることです。休日ではなく、仕事が終わった後の平日。午後8時ごろからのレイトショーに一人で行きました。今年も探していこうと思います。運動以外で。(相談員・M)

多少のことは気にせず、受け流す大切さを知った2023年でした。そうとはわかっていても心に余裕がないときもあります。そんなときに没頭できる趣味を探していきたいです。また、「理想の自分になるために行動している自分」を好きになりたいと思います。(相談員・K)

2023年は、春先に左足肉離れを起こし、肉体の衰えを感じさせられた一年になりました。しばらくは再発を恐れて運動を控えていましたが、今年は軽めのトレーニングやストレッチをすることで、一年間健康に過ごせるように心がけたいと考えています。(相談員・T)



### 新型コロナウイルス感染症対策について

- 2023年5月8日より新型コロナ感染症法上の位置づけが5類に移行しました。
- マスクの着用については個人の主体的な選択を尊重し、個人の判断で着脱をお願いいたします。
- 咳エチケットの観点から、職員はマスクを着用するようしております。
- 面談および講座の運営は、ソーシャルディスタンスを保ち実施しております。

よろしく  
お願いします



### 支援センターまでのアクセス



### アクセス

公共交通機関 舞浜駅南口より東京ベイシティバス20系統千鳥線 (バス乗車10分)  
舞浜行 (千鳥循環) 千鳥西行 クリーンセンター行 クリーンセンター下車 徒歩7分  
※千鳥車庫行のバスはクリーンセンターバス停には停車しません。

