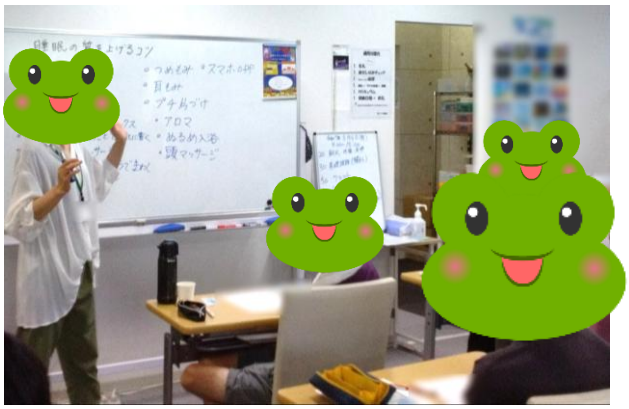
就労移行支援事業所パッソ豊田校（事業所番号2313401412） 訓練生作成
令和7年 通算第77号

Man to Man パッソ 新聞 9月号

ストレスコントロール　睡眠について

睡眠の質を上げる方法について学びました。



睡眠について学べたおかげで、ゆっくりと眠ることができました。（T・Y）

気付いたら寝ていることが多く、スッキリ起きられないことが多かったので、睡眠の質を上げるコツを知ることができて良かったです。（T・M）

睡眠は翌日の体調に影響するので、早寝早起きをもっと心掛けたいです。（Y・A）

いろいろな睡眠法を知れて、参考にしたいと思いました。（M・K）

就労準備　業種・職種について

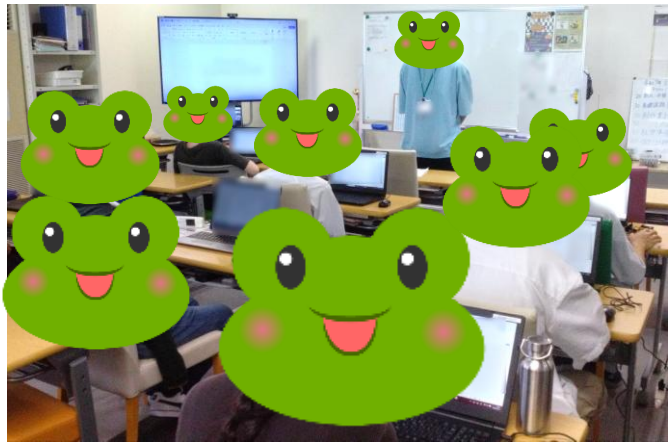
気になる仕事について調べ、Wordにまとめました。

これから就職先を見つけるために努力していきたいです。（E・T）

興味のある職種について詳しく調べるきっかけになりました。（M・Y）

業種や職種にも様々な種類があり、気になるものを選択するのにとても迷いました。（M・S）

卒業後どんな仕事に就きたいかが分かったので良かったです。（T・Y）



パソコン　土曜イベントを考えよう

土曜イベントの案を考えプレゼンテーションを作成し、みんなの前で発表しました。

伝わりやすいようにプレゼンを作成するのが難しかったです。（M・K）

作り方や値段を調べて比較しながら内容をまとめるのが大変だった。（T・M）

予算が決まっていて、予算内に収めるのが大変だった。（S・R）

様々なプレゼンを見て自分も土曜イベントに参加してみたいと思いました。（M・Y）

防災　ハザードマップ

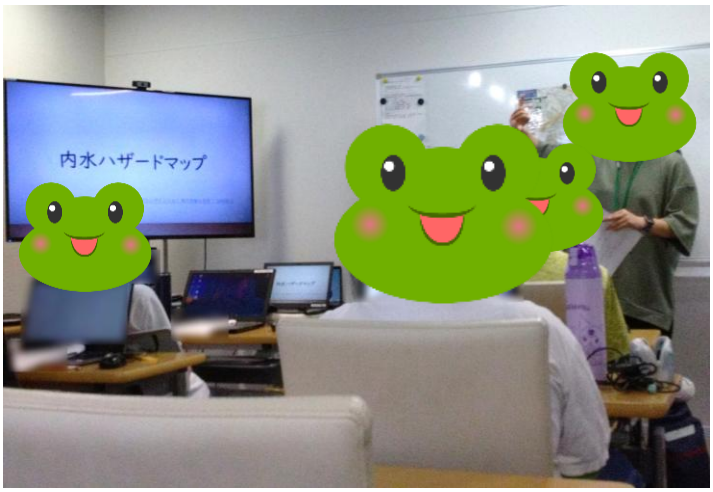
自宅の避難経路を調べ、実際にハザードマップで確認しました。

実際に災害が起きた場合を考えて、前もって確認しておくことが大切だと思いました。（E・T）

自分の家は山に囲まれているので、土砂崩れに気を付けたいです。（A・W）

近くだとしても避難場所を確認しておくと、いざという時に落ち着きやすくなると思いました。（Y・A）

いざとなった時は今回調べたことを忘れず、迷わないように避難できると良いです。（T・M）



夏祭りグルメ

「焼きそば」と「フランクフルト」「きゅうりの1本漬け」を作り、おいしくいただきました。

食べるだけだと思ってましたが調理もすることに…。みんなのために焼きそばを作ってあげるのも悪くないですね。（O・T）

久しぶりに料理をしました。役割分担してたくさんの人と作るのは楽しかったです。（O・Y）

初めて土曜イベントに参加しました。皆さんと協力しあえて良かったです。きゅうりの切り方が難しかったけど出来るようになりました。（T・E）

今後の予定

9/9(火)　オンラインカリキュラム

9/13(土)　西山公園散策

10/4(土)　日本情報処理検定

編集後記

前回より操作に慣れ、スムーズに作り上げることができてよかったです。サブタイトルを考えるのが大変でした。（M・S）

各カリキュラムに対するみなさんの感想が個性豊かで、毎回選別するのに苦労します。（S・S）

相談・見学 随時受付中です。お気軽にお問い合わせください。

就労移行支援事業所パッソ豊田校

〒471-0064

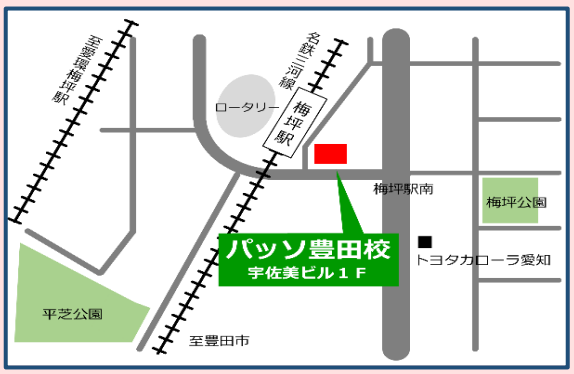
愛知県豊田市梅坪町8丁目2番地11 宇佐美ビル1F

TEL：0565-47-2222

FAX：0565-47-2223

E-mail：passo-portal@m-passo.jp

ＵＲＬ：www.mmg-passo.com

アクセス：名鉄豊田線「梅坪」駅より　徒歩1分

愛知環状鉄道「愛環梅坪」駅より　徒歩10分