



就労継続支援 A 型事業所における利用者の知識・能力向上に係る実施状況報告書

事業所名	stara越谷	事業所番号	1110800966
住 所	埼玉県越谷市瓦曽根1丁目20番6号 K-1stビル	管理者名	山口 裕也
電話番号	048-967-8799	対象年度	R6年度

利用者の知識・能力向上に係る実施概要

<p><活動内容></p> <p>活動場所：stara越谷→元荒川横ふじ棚通り 運動のワークショップ 2023年11月25日（土） 参加者：20名</p>	<p><活動の様子></p>  
<p><目的></p> <p>運動習慣を作り、体力維持をする為の知識向上及び実践。 運動機会の提供により、心身の健康を促進する為</p>	
<p><成果></p> <p>利用者様から、普段運動しない方にとっての運動の機会を提供できた。課題点としては当日のお休みもあり、全員に対して運動の重要性をお伝えすることが出来なかった。より、全員が参加出来るようなプログラムで再度実施したい。</p>	

連携先の企業や事業所等の意見または評価

<p>事業所としては、普段なかなか運動習慣が持てない利用者様からの相談が多かった。 一般就労で働くためには、基礎体力が向上しないと精神的にも体力的にも乗り越えられない点が多く、その点を理解するきっかけを提供したかった。まだまだ課題はあるが、次年度も開催し、運動の重要性を啓蒙していきたいと考える。</p>	
連携先企業（担当者）	

利用者からの意見・評価

<p>普段運動する機会が年々なくなってきてしまい、とても貴重な機会となった。 運動が精神的な安定や自律神経の安定にも繋がっているという事は分かっていても実施する事はなかなか出来ない。 今回参加してみて、実際に疲れが溜まったが、その分気分も高揚しているのを実感できた。</p>
