

【パネル展に参加して】

12/2 と 12/4 に宜野湾市の『パネル展』へ行き参加させて頂きました。

そこで私達はダイヤモンドペイントや、コースター、キーホルダー、フクロウのストラップなどを出展しました。

初めての参加でしたが、色々な就労事業者方々との交流をさせて頂きました。手工芸やクッキー、パン、コーヒー、お米、お弁当だけではなく EM 洗剤や石鹸、アロマ、除菌スプレーなどもあって見ているだけでもとても楽しかった気持ちと勉強になりました。

出展を見に来て下さった方々も楽しそうに購入していました。

また、来年に向けて私達も色々な商品を出品できるよう頑張っていきたいと思います。来年は新しいアクセサリやストラップに挑戦し出展していきたいです。

(訓練生 I)



◎アップドゥぎのわんでは現在、訓練生募集中です！
◎見学・体験も出来ますので、ご希望の方はお気軽にご連絡ください。

障がい者支援センター アップドゥぎのわん

(就労移行／継続 A 型／B 型／定着支援)

住 所：〒901-2224 沖縄県宜野湾市真志喜 2 丁目 4 番 8 号-102

TEL/FAX：098-943-5357/098-943-5358

就 労 移 行：098-988-8776 E-mail：info@appdu.jp



障がい者支援センター アップドゥぎのわん月刊広報

APPDU!DO!



広報誌「APPDU!DO!」は訓練生が制作する、アップドゥぎのわんの情報をまとめた広報誌です。

2026 年 1 月・2 月号



【おススメの絵本】そしてトンキーもしんだ

目 次 【雑学】「走れメロス」のスピードの話

【今月の DO】初めての面接

【実習体験の感想】

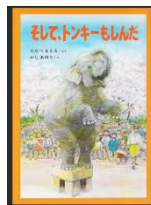
【パネル展に参加して】



HP はこちらから

【おススメの絵本】そしてトンキーもしんだ

今から 70 年前に起きた太平洋戦争の時代をテーマにしたトンキーというメスのゾウが主に描かれている絵本です。当時の上野動物園で猛獣殺処分と言って爆弾が落ちて檻が破れて動物たちが町へ暴れるのを阻止するために、まず、ジョンというオスのゾウが殺処分されることになってしまいます。次はメスのワンリーとトンキーということになり、しかしこのゾウだけはなんとか保護したいと仙台の動物園へと送ろうとするのですが…この本を読んだ感想は、今の時代では、猛獣殺処分という言葉は聞かれないですが、この頃は、戦争のために動物を射殺するというが読んでみてとても悲しい内容で、戦争は二度と繰り返したらいけないだな～と思いました。皆さんも図書館に行かれた際にはこの絵本をぜひ借りて読んでみてはいかがでしょうか。（訓練生 T）



【実習体験の感想】

① アップドゥギのわんでの就業体験でどんなことをやりましたか？

- ・パソコンでタイピングや手工芸でダイヤモンドペインティングをやりました。
- ・施設外作業の見学を行い、病院のシーツ交換、ホテルのベッドメイク、クリーニング工場の作業を見ることができました。

② 楽しかった訓練や作業はなんですか？

手工芸、ヨガ、パソコン、販売、掃除が楽しかった。
クリーニング工場の見学が楽しかったです。

③ 大変だった訓練や作業はなんですか？

販売の時に計算機を使って、計算するのが大変でした。

手工芸でダイヤモンドペインティングをやったとき、目が疲れました。

④ 今後の目標はありますか？

学校を卒業した時に、パソコン関係の作業、バイトなどを頑張りたいです。

私は絵をかくのが好きなのでイラストレーターになりたいのと英語やスペイン語などの言語も好きなので通訳者にもなりたいです。（大平特別支援学校 実習生）



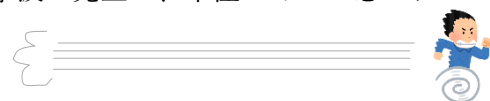
【雑学】「走れメロス」のスピードの話

走れメロスはどのくらいのスピードで走ったのか？

太宰治はラストスパートの描写でメロスは「沈んでゆく太陽の十倍も速く走った」とあります。これを真面目に研究した先生がいて、まず太陽の十倍のスピードとはどれくらいなのか？コペルニクスによると太陽は動かないので地球の自転のスピードということになります。そのスピードは、時速 1300Km と言われていて、その十倍の速さで走った訳ですから、メロスの走った速度はなんと“マッハ 11”！マッハ 11 は新幹線のぞみの 44 倍！一番速く走るウサインボルトが 100m を 9 秒 69 で走るの、メロスはなんと 100m を 0 秒 02 で走ることになります。まずそのスピードで物が移動すると衝撃波が発生し、半径 2 キロの窓ガラスが割れます。

結論、走るなメロス！

（訓練生 S）



【今月の Do】初めての面接

11 月 17 日に店舗品出しの面接に挑戦しました。

自分にとって初めての面接だったので、面接会場に着いた時はとても緊張しました。

履歴書作成や、証明写真の撮影も初めてで、面接のイメージが最初は湧きませんでした。

面接を受ける時の気持ちは、初めて面接を受けることが出来て嬉しかったです。

面接官は優しい人でしたが色々な事を質問されました。難しい質問もあり、緊張していたこともあって、上手く答えられない場面もありました。

面接の練習もしっかり行って挑みましたが、今回は残念な結果に終わりました。

初めて面接を経験出来て、就職活動のイメージをつかむことが出来て良かったです。今後も自分にあった仕事を見つけるために、視野を広げて色々なことにチャレンジしたいです。（訓練生 N）



★これまでの就職先 ・海邦病院（環境整備）・メイクマン（品出し業務）・琉球大学（総務）

・ドン・ホーテ（販売/品出し業務）・西原町教育委員会（事務補助）・KDDI エボルバ（清掃業務）・福寿園（介護補助）

・JA おきなわ（集荷業務）・デイサービスおれんじ（介護補助）・ダイソーはにんす宜野湾店（品出し業務）

★サーティファイ合格者数（令和 7 年 7 月現在）

・ワード 1 級（5 名）・2 級（12 名）・3 級（31 名）

・エクセル 1 級（8 名）・2 級（11 名）・3 級（25 名）