

【実習生の感想】

① アップドゥぎのわんでの就業体験でどんなことをやりましたか？

タイピングや Word でポスター作成。

Excel で表作成、手工芸ではフクロウの人形を縫いました。

北谷町役場で手工芸品の販売に行きました。

施設外就労の作業を見学しました。ホテルのベッドメイク、病院の環境整備、クリーニング工場の見学に行きました。

② 楽しかった訓練や作業はなんですか？

タイピングで10分間計測したことが楽しかった。

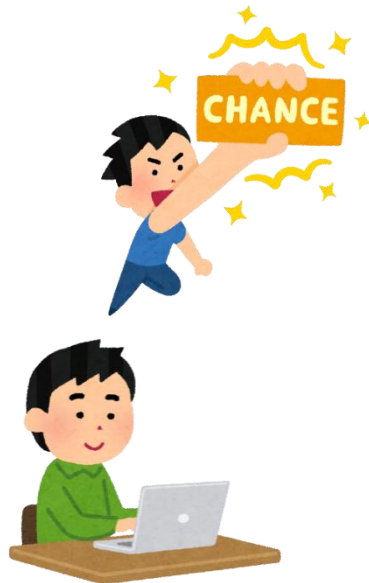
③ 大変だった訓練や作業はなんですか？

Excel で一から表作りを行った事が大変でした。

今後の目標はありますか？

Excel・Word がもう少し上手になりたいです。

陽明高等支援学校 3年 (実習生 O)



◎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3月・4月号



【私がおススメしたいこと】

目次 【今月のDO】 実習に向けて

【雑学】 月について

【今月のDO2】 餅つき大会に参加して

【実習生の感想】



HPはこちらから

【私がおススメしたいこと】

「私がおススメしたいこと」は・・・

今の時代、アニメ映画を始め多くの作品がサブスクで手軽に楽しめるようになりました。私もよく利用していますが、だからこそ「これは映画館で観たい」と思える作品に出合った時にはぜひ劇場に足を運ぶことをおすすめします。

私は1ヶ月に1回好きなアニメの作品を映画館に観に行きます。

大きなスクリーンや、迫力のある音響、観客と共有する空気感など、映画館ならではの体験があります。サブスクの便利さと映画館お魅力を使い分けることで、作品をより深く楽しめます。(訓練生 I)



【今月の Do】餅つき大会に参加して

今年、1月9日にアップドゥぎのわんの事務所の駐車場で、餅つき大会がありました。入所して初めて餅つきをしましたが、初めてやるので難しい所や分からない所が色々ありました。でも職員の方が餅のつき方を教えてくれたのでなんとか出来て良かったです。杵の使い方も教えてくれたのでうれしかったです。餅をつき終わったら作業場で、皆でついた餅をB型の利用者と就労移行のメンバーと一緒に食べました。美味しくできていたので嬉しかったです。特に美味しかった餅の味付けはきなこが美味しかったです。毎年行われるので、また来年も参加して餅のつき方も少しは覚えたので来年は自分で餅がつけるようになりたいと思いました。

(訓練生 T)



【雑学】月について

月についての話で面白いと感じたものをまとめてみました。実は地球の自転に合わせて、月は少しずつ遠ざかっているんです。年におよそ3.8センチメートルずつ。月と太陽は大きさがかなり違うのに、地球から見ると同じように感じますが、それは太陽が月の四百倍大きくなおかつ、地球からの距離が四百倍遠いという偶然の一致からなのです。

毎月の始まりを「ついたち」と言いますが、旧暦では新月が1カ月の始まりとされており、月が始まる、月が立つ…つきたち、そこから「ついたち」となったそうです。新月は新しいスタートのタイミングなので、初めてのことに触れたり、新しいことにトライしたりするのに絶好の日とされているそうです。(訓練生 O)



【今月の Do2】実習へ向けて

私は、2月から3回に分けてある回転寿司屋さんで実習することになりました。現在は支援員と一緒にプロフィール作成をしています。

仕事内容は、お客さんの使ったお皿の洗浄です。実際にお店へ見学に行きました。お店の様子を見て、店長さんに会うことができました。

自己紹介をしましたがとても緊張しました。

手洗いのとき、石けんの使い方を教えてもらいました。やり方が決まっていたので難しかったです。他のスタッフの人たちも細かいところを良く覚えていて凄いと思いました。実際に見学をしてみて楽しそうだったので実習にチャレンジしようと思いました。実習の目標は、あいさつをしっかり行うこと、素直に仕事に取り組む事です。

初めての实習頑張ります。(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・キホーテ(販売/品出し業務)・西原町教育員会(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8年1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)