

【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？

ダイヤモンドペインティングやタイピング、施設外就労の見学に行きました。
施設外就労の見学は、ホテルのベッドメイクと病院の環境整備、クリーニング工場では仕分け作業の様子を見ることが出来ました。

② 楽しかった訓練や作業はなんですか？

パソコンのタイピングで10分間測ったことが楽しかった。
ヨガ活動に参加しました。気持ちがリフレッシュできてよかったです。

③ 大変だった訓練や作業はなんですか？

ダイヤモンドペインティングが大変でしたが、集中して
出来て完成した時うれしかったです。
ゴムの数を数えて色分けする作業がとても大変でした。



④ 今後の目標はありますか？

アップドゥぎのわんで学んだことを次の事業所で活かしたいです。
挨拶を大きい声で頑張りたいです。就職できるように頑張りたいです。

大平特別支援学校高等部 2年生 実習生 S 実習生 N

◎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。

障がい者就労サポートセンター アップドゥぎのわん

(就労移行／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



障がい者就労サポートセンター 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7月・8月号



【おススメのアニメ作品】

【今月のDO】 今月から訓練開始します

【雑学】 ソウの生態について

【今月のDO2】 目標に向かって

【実習生の感想】 大平特別支援学校実習生

目次



HPはこちらから

【おススメのアニメ】

私が好きなアニメ作品は、京都アニメーション制作の『Free!』です。水泳を通して仲間との絆や成長を描く青春スポーツアニメで、主人公たちが高校で水泳部を再建し、それぞれの夢に向かって挑戦していく物語です。

この作品の魅力は、京都アニメーションならではの美しい作画と繊細な表現にあります。特に水中や水面の描写はとても美しく、まるで自分もその場にいるかのように作品の世界へ入り込める感覚を味わうことができます。キャラクターの表情や心情も丁寧に描かれており、物語への没入感をより深めてくれます。私の推しは主人公の七瀬遙です。遙は泳ぐことを心から愛し、自分の信念を大切にする姿が魅力的です。普段は寡黙ですが、仲間を思う優しさや水泳に対する真剣な姿勢に惹かれます。『Free!』は、美しい映像と感動的なストーリーが楽しめる作品であり、何度見ても新しい魅力を発見できる大好きなアニメです。（訓練生 I）



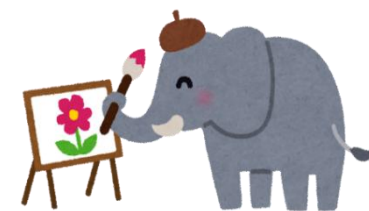
【今月の Do】 今月から訓練開始します。

6月から通所しています。アップドゥでは、手工芸、Word や Excel の資格取得を目標に勉強しています。最初は不慣れだった作業なども日に日に出来るようになってきて良かったです。私の目標は、Word や Excel などの資格を取り、一般就労で活躍することです。手工芸について、ダイヤモンドペインティングという、絵にビーズを貼り付けて完成させます。やっていた最初は、難しかったですが完成させると達成感を得られ嬉しい気持ちになります。現在 Word や Excel については、テキストを見ながら検定を目指して、日々頑張っています。毎日、タイピング練習も行い楽しく通えています。これからも検定など様々なことにチャレンジしていきたいです。（訓練生 K）



【雑学】 ゾウの生態について

ゾウは陸上で最大の哺乳類で、動物園の人気者でもあります。ゾウの特徴は、長い鼻と大きな体の特徴で、特に鼻を器用に使える動物でもあり、ピーナッツやリンゴを、鼻先を使って食べることができます。野生のゾウはメスと子供で群れを形成し、オスは単独かオス同士で群れを形成して生活しています。ゾウは時速 40 km 程度で走ることが可能であり、最高時速は 6.8m/s で走れます。ゾウの寿命は 60 歳から 70 歳で、20 歳ほどで成獣になります。ゾウの足の裏は非常に繊細であり、30-40km 離れたところの音も捕えることができます。皆さんも沖縄こどもの国に行く機会がありましたら、ゾウをじっくり観察して特徴を調べてみるのもいいと思います。（訓練生 T）



【今月の Do2】 目標に向かって

今年の 4 月から通所を始め、3 ヶ月が経ちました。

家に引きこもっていた時期が長かったため、生活リズムの乱れや、初めての場所への抵抗感などが原因で、最初は通所すること自体が困難でした。しかし、職員の皆さまのサポートのおかげで、現在では週 3 日、午後から通所できるようになりました。現在取り組んでいることは、ワード検定 3 級取得に向けての勉強です。これまでワードを使ったことがあまりなかったので、テキストを用いて基礎から学んでいます。覚える操作がたくさんありますが、頑張っていきたいです。

また、毎日やっている 10 分間タイピングの文字数が 600 前後打てるようになってきたので、700 文字を目指して頑張っていきたいです。（訓練生 Y）



★これまでの就職先 ・ダイソーはにんす宜野湾店（品出し業務）・琉球銀行（一般事務）
・ドン・ホーテ（品出し業務） ・宜野湾市教育委員会（一般事務）・しのめ福祉会（保育補助）・愛誠園（調理補助）
・JA おきなわ（集荷業務） ・デイサービスおれんじ（介護補助） ・ラグナガーデンホテル（洗い場業務）

★サーティファイ合格者数（令和 8 年 6 月現在）
・ワード 1 級(5 名)・2 級(13 名)・3 級(32 名)
・エクセル 1 級(8 名)・2 級(11 名)・3 級(26 名)