

# 3 就労支援機関を利用して社会へ

## 06 ハローワークを初めて利用しました【20代女性】

専門学校を中退してしばらくの間、親元でフリーター生活を送っていました。

就活をしなかったのは、自分のやりたい職種が絞り込めなかったのと、正規でフルタイム勤務だと自由な時間が取れないような気がしていたからです。

最初のうちは、「バイト勤務は気楽でいい。」と思っていましたが、20歳を過ぎて学校にも行っていなかったため、国民年金加入のお知らせと保険料の納付書が届いた時、親から厚生年金と健康保険の仕組みの話が聞かれました。今まで関心もなかったし、全て親任せで将来のことなど考える気もありませんでした。

就職のために今さら進学しても仕方ないので、この機会に本格的に就職活動しようと思い、初めてハローワークを利用することにしました。もともと医療・福祉分野に興味があったのですが、現場より事務仕事がいいと思っていたので受付で「求職申込書」に記入しました。仕事の相談、紹介、求人検索用パソコンの利用や各種セミナーが受講できるハローワークカード（登録カード）を受け取ると、さっそく窓口で希望する職種について話しました。

事務系の仕事をしたいけど、私は経理関係の知識もパソコン操作の事務スキルもないし、人とのコミュニケーションも苦手だと不安な気持ちを話しました。でも本気で働きたいと思っていたので真剣に相談しました。

すると、相談員さんから「公的職業訓練」の説明があり、公共職業訓練（離職者訓練）の事務ベーシックコースを受講（無料）して幅広い分野で事務職として働いてみてはどうかと勧められました。訓練期間は3ヶ月間、月～金で1日6時間、県が委託した民間企業に通います。たまたま12月開講の募集期間に間に合うので、入校試験（適性検査及び面接）を前橋産業技術専門学校で受けるために入校願書を提出することにしました。



鼎談

学校から社会へ

就労支援機関を利用して社会へ

支援者に支えられて社会へ

### ハローワークの利用手順

#### ハローワークに行く

ハローワークは県内11市（みどり市除く）と中之条町に、若者を対象にした群馬わかものハローワークはジョブセンターまえばし（前橋市大渡町）内にあります。

#### 求職申込書に記入する

氏名、生年月日、住所の他、希望職種、時間、勤務地、賃金、学歴、資格、経歴などを記入します。

#### ハローワークカードを受け取る

求職申込書が受理されると「ハローワークカード」が発行されます。職業相談や職業紹介の際に必要なので必ず持参します。

#### 窓口で求職相談をする

窓口では、職員が検索した希望条件に合う求人情報の提供など、きめ細かな職業相談が受けられる他、応募書類の添削指導や面接のマナー・心構えについてのアドバイス、職業訓練の受講あっせんなどを受けることができます。

#### 応募する仕事を決定する

応募したい求人が見つかったら、窓口職員に伝えて、その会社を紹介してもらいます。

#### 紹介状を受け取る

ハローワークから求人事業所に連絡して応募方法、面接日時や場所を確認した後、「紹介状」が交付されます。

#### 応募先で面接を受ける

求人事業所から指定された日時、指定場所で面接を受けます。面接時に「紹介状」を人事担当者に渡します。

#### 面接結果の連絡を受ける

求人事業所から面接の結果の連絡があります。事業所からはハローワークへの連絡もありますので、ハローワークへの連絡は不要です。

ハローワークとは厚生労働省によって運営されている、求職者と人材を求める企業とを結びつけるための施設で、正式名称は公共職業安定所（職安）です。

居住地域に関係なく全国どこのハローワークでも利用が可能です。選べる求人の数は全国120万件以上もあり、窓口での職業相談や職業紹介、就職活動全般の情報提供を無料で利用することができます

県内のハローワークはこちらを御覧ください。

[https://jsite.mhlw.go.jp/gunma-roudoukyoku/hw/h\\_map.html](https://jsite.mhlw.go.jp/gunma-roudoukyoku/hw/h_map.html)



### ジョブカフェぐんまとは💡

群馬県では、若者の就職を支援するため「群馬県若者就職支援センター（ジョブカフェぐんま）」を設置しています。

ジョブカフェぐんまは県内3か所体制で、就職のお悩みに関するカウンセリングから職業紹介、就職後のフォローアップまで一貫して支援しています。

また、若者の採用についてのアドバイスや人材確保の支援も行っていますので、若者に限らず企業の方も是非御利用ください。



### 公共職業訓練（離職者訓練）とは💡



仕事を探している方が就職に向けて必要な知識・技能を取得することによって職業能力の開発を図っていただくものです。

公共職業訓練は国からの委託事業で、県では、就職を行うに当たって職業能力の開発を必要とする求職者の方を対象に、民間教育訓練機関などに職業訓練を委託しています。

訓練の対象者は、公共職業安定所（ハローワーク）で求職を申込み、受講のあっせんを受けた方です。入校にあたっては、ハローワークを通じて入校願書を提出いただいた後に選考（適性検査・面接等）を行います。

委託訓練の内容は、2年課程の訓練（介護福祉士、保育士、栄養士、医療事務、デジタル人材育成）、介護系の訓練（介護職員初任者研修、介護職員実務者研修）、技術系の訓練（ビル設備管理、建築CADなど）、事務系の訓練（事務スペシャリスト、パソコン、医療事務など）です。

各訓練コースの実施状況や訓練生応募情報等の詳細については、前橋産業技術専門校のホームページをご覧ください。

<https://maetech.ac.jp/wp/outsourcing>  
 ・前橋産業技術専門校（前橋市石関町124-1）  
 TEL：027-230-2211



## 07 サポステで“一歩ずつ進んでいきましょう”と言われました【20代男性】

正直、就活が怖く、働く事も不安になっていました。

学校で紹介された県内企業に就職したところまでは良かったのですが、何となく仕事が自分に合わなくて1年あまり経って辞めてしまいました。その後、遊んでいる訳にはいかないので近所のコンビニでバイトを始めましたが、そのバイトも辞め、いつしか無業状態が数ヶ月続きました。

「このままでは将来困るから。」と親に言われ、自分でもそう思ったので「ぐんま若者サポートステーション」(サポステ)の個別相談を予約しました。最初の面談で相談員に「お話をしながら、できていることを確認して次のステップを一緒に考えましょう。ステップを飛ばさずに一歩ずつ進んでいきましょう。」と言われ、不安もありましたが利用を始めました。

面談と並行して講座利用も希望し「就活自立塾」にも参加しました。就活自立塾では、受講を希望した講座の準備、就職活動で履歴書の書き方、面接の練習と、自主的に取り組みます。フリートークは、若者だけで話をする時間です。職場体験先の情報も経験した仲間からももらう事もありました。来月には、職場体験に参加するので、実際に職場を見学して、仕事も体験します。

今の目標は、ハローワークに行ってお自分が興味を持てる仕事を探すことです。最終目標は、就職して定着です。サポステに通い始めて半年、働く不安も減ってきたと思います。一歩ずつ進み、来春には就職を実現させたいと思っています。



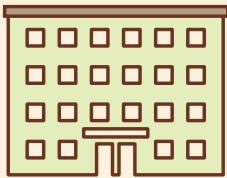
鼎談

学校から社会へ

就労支援機関を利用して  
社会へ

支援者に支えられて  
社会へ

### 地域若者サポートステーション(サポステ)とは💡



厚生労働省が、全国で実施している就労支援事業です。

対象者は、15歳～49歳までの在学中でなく仕事をしていない方で、就労に向けた支援を行っています。「就職活動のやり方を知りたい」や「働くことに不安がある」など、就労に向けての質問や悩みなどを聴きながら、就労に向けたステップを利用者と一緒に考えていきます。群馬県には、前橋市と太田市の2カ所に設置されています。

詳しい内容は「ぐんま若者サポートステーション」のHPをご覧ください。

<http://gunma-sapo.info/>





“就労に向けたルートは1つじゃない。  
スタートラインと進むルートは一人ひとり違っていい。”

働き始めるために、就職活動をして採用になる目標を持ち、いきなり行動するのもいいのですが、知りたいことや不安なことがあるかもしれません。

就職活動や就労に向けて、「どのような準備をするのか?」「どのような経験を積むのか?」「資格取得に向け行動した方がいいのか?」「職業訓練を受講するのがいいのか?」「生活リズムを整えることか?」「人と接する機会を持つことか?」「必要に応じてどのような支援を受けるのか?」「一歩踏み出すにはどうすればいいのか?」等々、前に進むためのルートは、一人ひとり違うと思います。

そんな時は、一気に目標へ飛ぶことばかりがルートだと考えないで、一段一段ステップを踏み上がるイメージで、取り組むことを考え、選び、ルートを進んでいく、“ステップを飛ばさない意識”が大切だと思います。

そのために、まず「何から取り組むか?」、つまり「どんなスタートラインに立つか?」ではないでしょうか。就労に向けたスタートラインが一人ひとり違えば、進むルートも違う訳です。そして、自分が立とうとしているスタートラインを考え、決める時に、一緒に考えてくれる周囲の人や支援者・支援機関に出会うことも大切です。もし出会えることができれば、その後のルート選びにも効果的だと思います。

まずは、就労に向けて、「どのような準備をした方がいいのか?」「何から取り組むのか?」自分のスタートラインを考え始めて、一段一段踏み上げていく意識で一歩前へ踏み出してください。時にはルートも修正しながら進んでほしいと思っています。

## 08 発達障害があっても働けるようになる【19歳女性】

中学時代、友人関係のトラブルで学校を休むようになりました。進学した高校で新たな人間関係を作ろうとしたのですが、上手くいかず自信も無くなって不登校になりました。

通信制高校に転学して高校は卒業したのですが、いざ、働くとなると人とのコミュニケーションが苦手な私は、すぐに就職活動に動き出すことが出来ませんでした。通院していた心療内科の先生に相談すると、発達障害の傾向があるかもしれないと言われました。

今まで、学校や日常生活で「生きづらさ」を感じていた原因がわからず、周りの人にも理解されないことで苦しんでいましたが、発達障害のことをインターネットで調べてみると、いくつか当てはまる特性がありました。生まれつきの脳の特性で、できることとできないことの能力に個人差があって、そのことで日常生活に困難を起こしていることもわかりました。

そこで、発達障害がある人が働くための支援が受けられないかと調べると「就労移行支援」という言葉が見つかりました。いろいろと調べてみると、「就労移行支援」は障害のある人の社会参加をサポートする国の支援制度で、一般企業への就職を目指す障害のある人を対象に、就職に必要な知識やスキル向上のためのサポートをおこなっていました。しかも、私のように障害者手帳が無くても、受診中の心療内科の診断書で証明してもらえば、利用できることもわかりました。

早速、母親と役所の障害福祉課を訪ねて、就労移行支援事業所を紹介してもらいました。いくつかの施設を見学して、学校のように通いながら就職に向けたサポートを受けられること、パソ



コン操作やビジネスマナーの訓練、履歴書や面接指導など、働くために必要な力を付けるための支援が受けられること、家庭の経済状況に応じて利用料金が異なることなどを説明してもらいました。

自宅から近い施設の相談員さんと話し合い、私の体調や通院の様子に配慮しながら、就労に向けて少しずつ支援していただけることになりました。帰り道、親子でホッとした気持ちになりました。

障害者福祉の相談窓口、障害者手帳、利用できる福祉サービスなどに関する情報は県 HP をご覧ください。

[https://www.pref.gunma.jp/cate\\_list/ct00001067.html](https://www.pref.gunma.jp/cate_list/ct00001067.html)



### 就労移行支援とは💡

一般就労を希望する障害者の方（精神・発達・知的・身体・高次脳機能障害など）を対象に就職に必要な知識やスキル向上のためのサポートを行います。支援内容を検討した個別の支援計画に基づいて、就労・定着に向けて支援ステップを進めていきます。

- ① **事業所に通うことで生活リズムを整えていきます。**  
無理のないペースから始めて、相談しながら通所の時間や日数を決めていきます。
- ② **就労に関する知識やスキルを身に付けていきます。**  
例) パソコン基礎 (Word、Excel など)、軽作業、ビジネスマナー、グループワークなど
- ③ **職場体験や就職活動の準備を進めていきます。**  
個別カウンセリング、履歴書の記入、模擬面接、面接・職場実習の同行など

そして、ハローワークや障害者就業・生活支援センター、障害者職業センター等と連携し、本人にとって最適な職場を見つけるサポートを行います。

就職後も、職場訪問や電話連絡などをして、職場定着のサポートを行います。

### 就労移行支援事業所の支援員からのメッセージ



私どもの社会福祉法人では、障害者総合支援法に規定される指定障害者福祉サービス事業として、就労移行支援事業（多機能型）と就労継続支援 B 型事業を運営しています。

作業内容として、パン・焼き菓子の製造・販売、お弁当づくり、内職作業、印刷、季節の野菜づくりなどを行っています。

現在の支援対象者の中に、中学校を卒業してから 20 歳になるまでずっとひきこもっていた女性がいます。母子家庭で、生活困窮状態だったので社会福祉課が母親の生活支援に関わっていました。25 歳になるひきこもり状態の兄がいて、その就労支援を依頼されました。本人の希望を聞きながら、就労に向けて福祉サービスを利用して社会体験や就労体験を重ねていく計画を立てました。同じ体験活動をしている人同士の交流、作業に携わっている支援者からの励ましの声かけなどを通して、徐々に働く気持ちを高めていただきました。ハローワークの窓口にも同行し、何とか就職にたどり着くことができました。

間もなくして母親の依頼を受けた社会福祉課から、妹の就労支援を依頼されました。今は本人との信頼関係を築いていくために、手紙のやりとりをしながら好きな食べ物の話や得意なことを聞き出しています。本人が自分の進路にどんな希望を持っているのか、聞き出すのは少し先になりそうです。

就労準備支援員 精神保健福祉士

群馬県内の指定障害福祉サービス事業所一覧は県 HP からご覧ください。

<https://www.pref.gunma.jp/02/d4200129.html>



## 09 一般企業の障害者雇用枠で再就職を目指します【21歳女性】

特別支援学校に入学した時から、親と話し合って会社員を目指すことにしていました。

先生たちに励まされながら3年間休まず学校に通い、職場体験でもたくさんほめてもらいました。就職先は学校で紹介された会社の障害者枠で採用されました。

会社の面接で真面目に休まず仕事に行くことを約束したので、学校の時と同じように規則正しい生活を送ることを心がけて、健康にも気を付けていました。担任の先生が卒業後もしばらくの間、職場に来てくれて声をかけて励ましてくれました。

2年後、成人式で中学校の同級生に会った時に勤め先のこと話題になりました。仕事は楽しいか、制服のデザインや色、職場の雰囲気、休暇や給料など、皆で話が盛り上がりました。中には職場を何度も変えた人もいました。

私は、いろいろ話を聞いているうちに何となく他の人が羨ましくなり、自分も職場を変えたいと思うようになりました。間もなくして友人が働いている派遣会社の採用試験を受けて、希望通り正社員として働き始めることになりました。

新しい職場でも今までどおり、周りの人に仕事の内容を教えてもらいながら一生懸命頑張っていたのですが、だんだん仕事の話、電話や来客の話など、会話のスピードについていくのが大変になっていきました。失敗してはいけないと思うと緊張の連続で、注意されることもありました。家に帰ると疲れて夕飯も食べずに寝てしまうことが多くなりました。

もともと人に話しかけるのが苦手だったので、辛い気持ちでいることを誰にも相談できずにいました。そのうち職場のことが気になり眠れない日が続いて仕事を休むようになりました。結局休みが続いて、会社を辞めることになりました。私は働くことにすっかり自信を失ってしまい、人に会うのも嫌になり自宅にひきこもるようになりました。

心配した母親が特別支援学校の先生に連絡してくれて、市役所の福祉課に相談して障害者就業・生活支援センターを紹介してもらいました。相談員の方が、これまでのことをいろいろと聞いてくれました。崩れてしまった体調と生活のリズムを取り戻すためにクリニックを受診しました。

支援センターでは、生活上の悩みなどを聞いてもらい、自分にどんな仕事に向いているのか相談にのってもらっています。少しずつ元気を取り戻すことができってきたので次は職場実習をすることになっています。そしてもう一度、一般企業の障害者雇用枠での再就職に向けて受験の準備をしていくことにしました。



## 障害者雇用とは💡

国は、「障害者が地域の一員として共に暮らし、共に働く」ことを当たり前にするため、従業員が一定数以上の規模の事業主に、法定雇用率以上の割合で障害者を雇用することを義務付けています。

障害者雇用枠で働くためには、原則「障害者手帳」が必要となります。障害者手帳には、「精神障害者保健福祉手帳」、「身体障害者手帳」、「療育手帳」（自治体によって名称は異なります）の3種類があります。

障害者雇用は、障害があることを前提とした採用です。面接・入社の際に障害に関する相互理解を図ることで、障害に配慮した働き方がしやすくなります。

「障害者手帳」については県HPをご覧ください。  
[https://www.pref.gunma.jp/cate\\_list/ct00000579.html](https://www.pref.gunma.jp/cate_list/ct00000579.html)



県  
説

学校から社会へ

就労支援機関を利用して  
社会へ

支援者に支えられて  
社会へ

## 障害者就業・生活支援センター相談員からのメッセージ



市役所の福祉課から、「本人は働きたいと思っているのだけど、何度も就職に失敗して自信を失っているのでも相談にのってほしい」と連絡があってセンターを訪れる方がいます。

本人の話をお聞きながら、障害の疑いのある方は、福祉サービスの利用が可能かを判定してもらうために地元の相談室につなげるようにしています。障害がない人は、何故働けないのか金銭問題などの生活上の問題があるのか、心身の病気等の健康上の問題があるのかなど一緒に考えていきます。保健センターの保健師につなげることもあります。

障害者就業・生活支援センターの大事な役割の一つに事業所と相談者の間を取り持つことがあります。事業者が障害者雇用枠でどのような人材を求めているのか、本人がどんな働き方をしたいと考えているのかを、面接やサポートを繰り返し行いながら最適な選択を見極めていきます。働き始めた後も、継続して見守っています。

相談窓口の情報は県HPを御覧ください。

障害児（者）に関する相談窓口  
<https://www.pref.gunma.jp/02/d0110019.html>



精神保健に関する相談窓口  
<https://www.pref.gunma.jp/02/d0110028.html>

