

## 実習を通して社会生活に触れる

### 1. 実習(就業体験実習)とは

実習(就業体験実習)は、企業などの職場で実際に働く体験を通して、働くことの大切さを理解し、働く喜びを味わうとともに、就業するときに求められる知識・技能・態度を身に付けることを目的としています。

群馬県内の特別支援学校高等部や高等特別支援学校では、基本的に1年次に校内での実習、2・3年次に校外で実習を行っています。

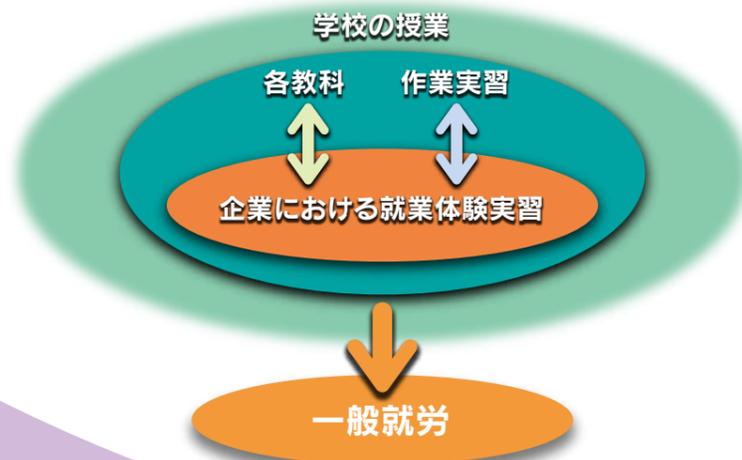
《高等部(高等特別支援学校)での実習の一例》

学年	実習の位置づけ	実習の内容
1年	社会体験的な実習	働く基本的な力を身に付けます ● 校内実習(3回程度)【写真1】 ● 職場体験ファーストステップ事業【写真2】
2年	実践的な実習	会社や施設で実習を行い、実践的な力を身に付けます ● 校外実習(3回程度)【写真3】
3年	進路決定のための実習	会社や施設で実習を行い、仕事の内容や生徒の適性のマッチングを図ります ● 校外実習(2回程度)



### 2. 実習の基本的な考え方

実習は、社会生活、就労生活に必要な力(生活する力、働く力)を身に付けるための、より実践的な学習の場です。また、実習は、学校の授業(作業学習など)として実施するものです。



### 3. 実習先の選定

実習先は、主に下記の3つを考えて選定します。

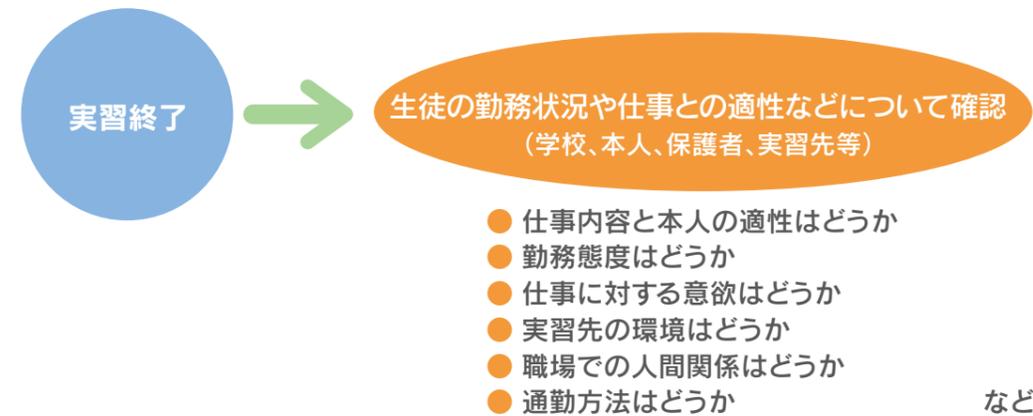
- 進路選択のひとつとして
- 実際の進路希望先
- 予想される進路先に近いところ

### 4. 実習中に心がけたいこと

実習では、長い時間仕事に取り組むことになります。お子さんの持てる力が十分に発揮できるよう、次のことに気を付けましょう。

- 早寝早起きを心がけ、生活リズムを整えましょう。
  - 実習先には、たくさんお世話になります。感謝の気持ちを持って、実習に取り組みましょう。
  - 実習先の方の指示をよく聞き、「あいさつ」「返事」をしっかりとしましょう。また、わからないことがあったら、周囲の人に質問して学びましょう。
  - 毎日休まずに出勤しましょう。しかし、体調が悪くて休む場合は、実習先、学校へ連絡しましょう。
  - 保護者の方には、実習期間中、お子さんの働く様子を見ていただき、家庭で話題にしたり、実習日誌に感想を書いたりして、就労に向けて一緒に考える機会としてください。
- \*実習中は、毎日実習の振り返りを行うため、また、実習先と家庭での様子がお互いにわかるように、日誌を書きます。

### 5. 実習後について(主に3年生の場合)



実習終了後、本人を含む関係者による実習の評価を行います。生徒本人の考えはもとより、関係する様々な人から意見を聴き、仕事内容や環境と本人の適性について検討した上で、就労について判断をしていくことになります。また、評価の過程で、さらに実習を行って確認することが必要になった場合は、あらためて実習を行うこともあります。

- Q1.** 子どもが本当に実習をきちんと続けられるかどうか心配です。家庭ではどのような準備をしておくことが大切ですか。
- A1.** 心配は色々あると思いますが、家庭での準備として5つのポイントを紹介します。
- ①生活リズムを整え、基本的な生活習慣を身に付けましょう。
  - ②お子さんの日常生活における特徴や配慮して欲しいことは、学校と相談して事前に伝えましょう。  
睡眠・食事・服薬には特に気を付け、事前に伝えておきたい心配なことは、必ず、早めに学校に相談しておきましょう。  
学校では、事前に企業側の担当者と、作業時間や内容、働く場所の環境の調整などを図り、お子さんが実習に取り組みやすいよう、十分な準備を進めていきます。
  - ③実習の意欲を忘れないように、実習前・実習中・実習後に家庭において就労について話し合う機会を設けましょう。
  - ④新たに将来への目標を持ち、就労意欲を高める機会になるように、お子さんの話に耳を傾けて頑張りを認め、失敗したら励ましてあげましょう。
  - ⑤企業で実習する場合は、自分で通勤できることが原則です。自転車や公共交通機関を使つての通勤練習をしましょう。必要に応じて学校職員も引率し、段階的に通勤練習を学習していきます。
- Q2.** 実習期間中は、保護者の送迎でないと通勤できないと思うのですが、どうしたらよいですか。(肢体不自由)
- A2.** 企業は、自力通勤できるかどうかを働く力の一つとして判断します。まずは、公共交通機関の利用について学校と相談してください。どうしても自力通勤ができない場合は、企業との打合わせの際によく説明し、理解を得ましょう。
- Q3.** 実習中、家庭で意識して取り組むポイントを教えてください。
- A3.** 規則正しい生活をして、休まずに出勤できるようにサポートしてください。さらに、家庭の協力が得られると、企業の方は安心して受け入れられます。保護者の方に、企業へのあいさつと見学をお願いしている学校もあります。
- Q4.** 実習にあたり参考としたいのですが、就職する上で、企業から求められることはどんなことがありますか。
- A4.** 多くの企業から言われることは、主に次の3つです。実習中も意識して取り組んでください。
- ① あいさつ・返事ができ、わからないことが自分から聞けること
  - ② 毎日休まず出勤できること
  - ③ 職場の人の指示に従えること

- Q5.** 実習する企業は、家庭で探すのでしょうか。
- A5.** 基本的には、学校と家庭で相談しながら、実習先を決めることになります。希望に合わせて、卒業生の就職先や新規開拓による就職先などを紹介します。また、ご家庭で知り合いの企業などがあって、実習が可能である場合、学校にお知らせください。  
なお、お住まいの地域にある企業について、「企業名」「場所」「仕事内容」などはとても役に立つ情報です。実習先に相応しい企業をご存じていたら、是非、学校にお知らせください。
- Q6.** 賃金はもらえるのでしょうか。
- A6.** 実習は学校の授業の一環のため、報酬は一切受け取りません。実習に必要なものや昼食代、交通費などは、自己負担になります。
- Q7.** 実習中に困ったことがあったら、どうしたらよいですか。
- A7.** 分からないことや困ったことがあったら、遠慮なく実習先や学校へ相談してください。
- Q8.** 職場で子どもの面倒を見てくれる人はいますか。
- A8.** 職場には、実習担当者がおり、周りの人も困ったときには支援をしてくれます。しかし、基本的に職場の人は自分の仕事がありますので、困ったときには、自分から周りの人に聞けるようにしましょう。
- Q9.** 実習中にケガや事故にあった場合の補償はどうなっていますか。
- A9.** 実習は、学校の教育活動の一環として行うため、事故発生時には学校の災害補償制度が適用になります。
- Q10.** 実習日誌について、保護者はどんなことに気を付けて記入すればいいですか。
- A10.** ご家庭での実習に対する支援をしていただく中で、実習の様子についての感想などをお子さんから聞いて記入したり、実習担当者からのコメントに対して感謝の気持ちなどを伝えていただくとよいと思います。



# 実際に就職した先輩から

## 金融業

県立あさひ特別支援学校 平成25年度卒業生(肢体不自由)

私は前橋市の銀行に1年半ほど勤めています。桐生市内の自宅から電車、バスを利用して毎日通勤しています。電車が遅れることも少なくないので、始業時間に遅れることのないように時間に余裕を持って通勤するようにしています。そのために毎日規則正しい生活を心がけています。

私の中で強く印象に残っている体験もありました。それは私が入社当初のことです。銀行の仕事ということもあって、特に数字に関しては気をつけて扱うのですが、私は初めデータ入力のミスが多々ありました。上司にミスした箇所を指摘されることが何回もありました。上司は私に「自分がミスしたところをチェックしておけば意識がミスしやすいところに行きやすくなるだろう。」とアドバイスをしてくださいました。それを実際にやってみると、入力をした後の確認作業の際に気づかなかった小さなミスに気づきやすくなり、自然にミスが減っていきました。「普段から意識すると仕事の精度が変わってくるのだな。」と私は強く思いました。

最後になりますが、一般就労を目指す皆さんには不安もあるかと思います。ですが、皆さんの周りの家族や友人、先生方の励ましや協力、そして何より一般就労に向けて努力してきた皆さん自身を信じて頑張ってくださいたいです。

## 小売業

県立館林高等特別支援学校 平成26年度卒業生(知的障害)

どんな仕事があっているか、やってみないとわからなかった。自分にあつた場所が見つかるまで、実習先を変えて挑戦した。

最初の職場は、実習中指導してくれる人が忙しく、どう動いて良いかわからず、自分から仕事をしなければならないことはわかっているけど、立っていることが多くなってしまったとき、「早く仕事をして」とか「こっちを手伝って」と指導担当の人以外から言われることが辛かった。

次の職場は、最初なかなか「いらっしやいませ」や「ありがとうございました」が大きな声で言えず、自分ではわかっているけどできないときに注意されてしまった。

就職した職場は、実習中、ギフトのコーナーで、商品を包む作業をしたが、上手にできずに何度も失敗してしまつた。その時に「紙はいくらでもあるから大丈夫だよ」「急いでやらなくてもいいよ。ゆっくり時間をかけて丁寧にやってくれた方がいい。」と言ってもらったことで気が楽になった。

高校に入学してすぐは、少しのことで休んでしまった。真剣に就職したいと思うようになり、休まなくなった。就職したいと思うようになったのは、親に心配をかけたくなかつたのと、お金を稼ぎたいと思ったから。就職して給料がもらえ、親にお金を渡したり、自分の趣味に使うことができたり、車の運転免許を取るために貯金をしたりでき、少し辛くても休もうと思わなくなった。

## 福祉

県立館林高等特別支援学校 平成26年度卒業生(知的障害)

老人介護施設に窓清掃の実習に行ったときから、「お年寄りのお世話をする仕事がしたい。」と思うようになりました。担任の先生に相談し、実習は全て老人介護施設に行きました。母に伝えると、「ヘルパー2級をとった方がいい」と言われ、叔母、姉と一緒に足利まで、5か月間、週2回、19:00~21:00まで講習を受けに通いました。その中で、老人介護施設での実習や訪問介護の実習も行いました。難しいことが多く「無理かな」と思うこともありましたが、叔母や姉と一緒にだったので、なんとか資格を取ることができました。

老人介護施設では、利用者のお世話や清掃をしています。途中で怒ってしまう利用者がいたりして、大変なこともあるけど、年齢が近く、話が合う職員がいる事がよかったです。

高校生の時は、ハートフル人材介護の研修会に参加したり、アビリンピックのビルメンテナンス部門に挑戦したり、生徒会長にもなりました。担任の先生や母に勧められて色々挑戦したこともありましたが、今、人前で話ができるようになったのは、色々なことに挑戦したからだと思います。

## 製造業

県立聾学校 平成18年度卒業生(聴覚障害)

私の仕事はトラックやバスのトランスミッションの検査です。完成したトランスミッションをモーターで動作テストしたり、動作するための部品の寸法を測ったりしています。仕事で一人前になるためには、最低でも5年はかかります。5年まではトランスミッションの動作不良や部品の寸法不良を発見したとき、先輩からアドバイスをもらい、なぜ不良がおきてしまったのか調べることが大変でした。でも、6年目になると、過去の不良データから自分ひとりで不良原因を見つけることができることが多くなりました。加工ラインで不良品が出たとき、早期発見して止めることも検査員の仕事です。見て見ぬふりをすると、加工したもの全て使用することが出来なくなり、大変なことになります。だから、責任のある仕事だと思って頑張っています。

就職を希望している皆さん、先輩の話が分からないときは、はっきりもう一度聞いて下さい。断る先輩はいません。確認せずに分かったふりをすると、大きなミスが起き、会社にも経済的に影響が出てしまいます。先輩の話をじっくり聞いて、一人前になれるよう頑張ってください。



# 保護者から

## 県立高崎高等特別支援学校 平成23年度卒業生保護者

我が家の息子は軽度の知的障害と自閉傾向と多動があります。

県立高崎高等特別支援学校に入学した時から、就職を念頭におきました。将来の通勤のためと思い、登校手段を、まず公共の乗物の電車にして、切符の買い方、「スイカ」の使い方、時刻表の見方、乗り物の乗り方などを教えました。次は自転車です。2年生の夏休みを使い、学校まで自転車で行けることを目標にしました。交通量を調べ、通学路を選択し、何度も父親と練習しました。父親が平日に休みを取れるときは、朝の通学の時間に合わせた練習をして、その時間帯の安全を確認し、2学期からは自転車通学にしました。

実習が始まったときも同じでした。実習先までの道を選択・練習、ひとりでの実習に行ける様に、親として、できる限りの事をしました。

ショックだったのは、初めての实習先で、3日目に「もう使えない」と言われたときでした。どんなところがダメなのか確認すると、自分の力を出し切れていない事がわかりました。そこで、次の日、子供と一緒に実習先へ行き、作業を見せてもらいました。問題点は、重い物を持ち上げるときの腰の入れ方や、ほうきの使い方などわかったので、ペットボトルの入った箱を持つときの腰の使い方の練習や、ほうきで掃くときは、一回ずつ、塵取りで取るのではなく、集めてから取る方法を教えた結果、他の作業もスムーズに進むようになりました。1週間経ったときには、「別人の様に良くなりました」と、褒めて頂けるようになりました。

本人も実習に慣れてくると、あいさつ、わからない事の質問などを、自発的にできるようになってきました。

社会に出て、いろいろな会社で実習させて頂き、できない事を見つける度、練習して、できる様になっていく息子を見てみると、大人になったな、とうれしく思う反面、現実の社会の厳しさも実感しました。なかなか就職先が見つからず、不安になった頃、学校から「募集があるけれど受けてみないか」とのお話がありました。初めての職種ですが、面接させて頂きました。所長さんがとても良い方で、いろいろな事を細かく説明して下さい、実習も決まり、そのまま入社となりました。

食品を扱う会社ですから、守ってほしい事としては、「体調が悪いときは休んでください。」とされています。一度身についた行動パターンを変える事は、大変な子供です。

本人の中では、絶対に休みたくないという気持ちがあるので、体調管理に気を付け、休まず行ける様に努力しています。

入社して4年目になります。息子の働く様子は、年賀状に書かれている皆様の温かいコメントや、所長さんからの「一生懸命に仕事をしてもらい助かっています。皆で見習わなくてはと、話しているのですよ。」との言葉などから、頑張っている姿が浮かんできます。

親として、とても嬉しく、安堵しています。

これからも働き続けるために、息子と楽しみながら一緒に努力して、安心して働ける環境を作っていくことが大事なことだと思っています。

## 県立あさひ特別支援学校 平成24年度卒業生保護者

私の息子は、超低体重児で生まれ左足に機能障害があります。そのため、普段は補装具を着けて歩いています。

現在、製造業の会社に就職し3年が経過しようとしています。会社では、AUTO CAD(オートキャド)を使用し、部品のパーツカタログ用イラスト作成と事務補助の業務に携わっています。AUTO CADは学校で勉強していなかったため、入社してから一から教えていただきました。専門的な仕事なので覚えるまでに大変苦労したようですが、職場の方々のご指導のおかげで、AUTO CADの操作を習得することができました。

入社して間もない頃は、18歳という年齢もあり大人になりきれていなくて、失敗をしてしまったことに対して、自分自身に苛立ち少し感情を表に出してしまったこともありましたが、今は、そのようなときはすぐに上司や先輩に相談できるようになったようです。

職場の方々にはきめ細かく指導していただき、また時には上司の方から「困ったことはないですか。」などと気遣っていただいています。職場は働きやすい環境なので、本当に有難く思っています。今の会社で長く働けるように、家庭でも体調管理などをサポートしていきたいと思っています。

学校生活では、先生方が授業で丁寧に分かりやすく教えてくださったおかげで、情報処理やワープロ検定などの資格を取得することができました。それにより、今の会社に就職できたのだと思います。また、入社してからも担任の先生が、何度か会社の様子を見に来てくださったので、本人もとても心強かったようです。大変お世話になりました。

最後になりますが、就労するためには目標を定め、努力し続けることが大切だと思います。その真摯な姿が誰かの目にとまり、就労の糸口となるかもしれません。就労できますよう心から応援しています。

## 県立館林高等特別支援学校 平成26年度卒業生保護者

- ①自分の子の全てを受け入れる  
大切な自分の子。ありのままを受け入れ、どうしたら幸せな生活ができるか親が考え、道筋をつけた。  
褒めて育てることが基本だと思うが、何ができないかに着目することも大切。
- ②チャレンジする  
先を見て今から行動する。  
自分の子が何ができないかを知り、できるようにする。やらせてみないとできるようにはならない。
- ③周りで支援してくれる人作り、つながり作り  
親の目だけでなく、色々な人に見てもらい、色々な人に育ててもらおうと考える。  
そんな人とのつながり、つながってくれる人を作る。
- ④余暇活動・趣味を持たせる  
長い人生、ストレス発散、一人の時間を過ごせることはとても大切。

## 先生から

## 「働きたい!」という気持ち

県立藤岡特別支援学校教諭 米持良治

会社の採用担当者から必ず聞かれる「3つのできる」があります。それは、①「健康の自己管理ができる」、②「自力通勤ができる」、③「社内で自立した生活ができる」の3つです。

①について、社会人は通院や服薬などの健康の自己管理は当たり前に行っていると考えているからです。②について、通勤は、たとえば親に頼ると、親の都合で出勤できない場合があります。自分の力で通勤することが社会人の基本であると考えているからです。③について、会社は全てがバリアフリーでエレベーターがあるわけではなく、移動が安全にできるか、トイレは使えるかなど、生活面の自立はとても重要になるからです。

会社は、「健康で休まず通勤し、仕事をおぼえて、生き生きとした会社生活を送ってほしい。」と考えています。そのために、この「3つのできる」は会社が知りたいところなのです。しかし、会社がもっと知りたいのは、どれくらい「働きたい!」という気持ちを持っているかということです。ある会社では、採用に関わる面接で、健康管理を考慮して勤務時間を短縮することを考えてくれました。また、ある会社では、主治医が運転免許の取得を許可するまで、親が送迎することを理解してくれました。そして、ある会社では、就業体験実習を始める前の面接後、障害者用トイレが無い対応として、トイレの段差解消や手すりの設置をしてくれました。生徒の「働きたい!」という気持ちが、課題のあった「3つのできる」を解決する方向に、会社を動かしたのです。

「どうして働きたいのか?」と聞かれたとき、自分の言葉で伝えられるようにしてください。「働きたい!」という気持ちを受け止めてくれる会社と出会えるように、就業体験実習をがんばってください。

## 一般就労に必要なこととは? ~身体障害のあるA君の事例から~

県立伊勢崎特別支援学校教諭 高橋一花

これは、以前勤務していた肢体の特別支援学校で受けもった生徒の話です。

A君は身体障害があり、車イスを利用しています。高等部に在学中、A君の卒業後の生活について話題にしても、「一般就労は難しいのでは」とよく言われました。住むところは? 通勤手段は? どの質問も答えられないものばかり。なぜなら、A君は訳あって保護者と生活しておらず、保護者のフルサポートを受けることはできなかつたのです。卒業後も一人で暮らすか、施設の入所を継続するしかない状況でした。

しかし、A君は現在一般就労を果たし、グループホームから電車を利用して自力で通勤し、働く日々を送っています。A君の生活を実現させたのは、保護者をはじめ、周囲の方たちの協力と福祉制度です。本人を支えるのは保護者だけとは限りません。会社の方々やグループホームの指導員の方々が、日々温かくサポートしてくれています。そして友だちとのつながり、学校からの卒後支援もあります。一緒に暮らしていなくても、保護者の方の励ましは、精神的な部分で大きな支えとなっているのです。

また、福祉制度の利用も欠かせません。駅に近いグループホームを利用できたことは大変助かりました。利用料はかかりますが、市の家賃補助制度を利用しています。福祉制度は県、市町村などから様々なものが出ていますので調べておくといいでしょう。将来、障害者年金が受給できるのか、受給額はどれくらいかなど、予測しておくことも大切です。

年金が受給できない場合でも、働きながら自立した生活を送るために、不足している生活費を、生活保護などの社会保障制度で補える場合もあります。利用できるものをうまく活用しながら、生活の質を維持することは働き続ける上で重要だと思います。

ハローワークとの連携や、県の労働政策課の協力を得やすい在学中は、一般就労をめざすチャンスです。一般就労は無理…とあきらめず、ぜひチャレンジしてみてください。

## 働き続けることの秘訣(のようなもの)

県立藤岡特別支援学校教諭 岡村樹幸

平成9年度の高崎高等養護学校開校時に農業園芸科1期生9名の学級担任を担当してから、すでに19年の年月が過ぎようとしています。その間、主に高等部の生徒達と進路指導を通して関わってきました。

働くことは一般企業での就労から、障害福祉サービス事業所の利用まで、範囲が広いと思います。特別支援学校から働き続けることを目指すことはとても大変な取り組みですが、普段の取り組みの積み重ねでその困難さを軽減できることがあるように感じています。

働き続けることを目指す時に大切なことは、「できることはなるべく自分でやること」や、「支援を得ながら自分でできることを増やす」という習慣を身につけることと感じています。そのような習慣を身につけている方は、一般就労の場に身を置いている方が多いように思います。

また、働く環境に身を置く人は障害のあるなしに関わらず、チームで仕事をこなすことがほとんどです。自分の不得手なことに周りの支援を得ながら働いていることを理解できる感性が必要です。そのことは、周囲への適応力に変わります。支援をされていることに感謝の念を持っている方は、周囲からの支援が得られやすいと思います。そのことが良い支援の輪を呼び、その結果支援されていることで自分も楽になりますし、支援者側も楽になるという良い連鎖を生むことがあります。

いろいろな経験を通して、自分でできることを増やすことと、支援を得て働いていることを感謝できる感性を育むことが、働き続けることへの秘訣のようなものとして感じています。時には遠回りに感じられるような取り組みが、一般就労につながることもあります。

この資料をご覧のご本人とご家族のみなさまが、良好な労働環境とのご縁に巡り会えますことを支援者の一人として、陰ながら応援しています。

## 働き続けるために

県立高崎高等特別支援学校教諭 新井有希子

社会人として働いている皆さんへ、メッセージを送ります。

- あ 明るい笑顔で
- す 素直な心を持って
- か 感謝の気持ちを忘れずに
- ら 楽なことばかり考えずに
- 元 元気のよい返事
- 気 気持ちのよいあいさつ
- な 仲間を作ろう
- 社 社会に役立つ人になろう
- 会 会社に毎日通い、一生懸命働こう
- 人 人として、まっすぐな道を進もう

社会人として働き続けるためには、家族の支えがとても大切です。「早寝・早起き・朝ご飯」を心がけ、心身共に健康な毎日を過ごせるよう、これからもご支援をよろしく願いいたします。

## 働き続けるために

努力のかけがえがあつて就職が決まった！でもそれは、働く生活のスタート台に立ったというだけのことであつて、ゴールではもちろんありません。お子さんが働いていく中では、充実感を得て毎日を生き生きと送る一方で、様々な問題にぶつかったり悩んだりすることもあるでしょう。

困ったときは、ぜひ、卒業した学校や障害者就業・生活支援センターなどに相談してみてください。専門家が相談にのり、一緒に解決策を考えてくれます。

万一、途中で働くことをあきらめざるをえなかったとしても、何度でも再チャレンジが可能です。

また、福祉サービスを利用して福祉的就労をして、そこで徐々に必要なスキルを身に付けて、そこから一般就労を目指す道もあります。お子さんの働きたい気持ちを応援する仕組みはしっかり整っていますので、安心して、お子さんの夢に向かって一緒に進んでいってください。

# 働き続けるために 支援機関からのメッセージ

## 輝ける場所に出会える

障害者就業・生活支援センタートータス所長 亀井あゆみ

私が就業支援という仕事に就いたきっかけは、13年前に当時の小規模作業所で指導員をしていた頃、作業所の利用者の方が「ここで訓練をして、いつか会社で働きたいです」という一言がきっかけでした。障害があることでどうしても出来ないことに視点が行きがちですが、人それぞれ得意なことが必ずあつて、その得意なことと業務や環境が合えば、企業で働ける人が、たくさんいるのではないかと思います。世の中にはたくさんの職業があつて、そこには活躍している人がいます。人は職業を選ぶときに自分の得意なことと苦手なことを何となく整理して、自分に少しでも合った職業を選択していくと思います。

例えば、人と関わることが苦手だから営業は難しいとか、物を作る仕事に就きたいから製造業に就きたいとか。ただ障害を持っていることで、職業を選択していくことや自分の得意なことを見つけていくことが難しければ、得意なことを発見できるお手伝いとチャレンジする第一歩のきっかけを作る役目ができると思います。13年経ちました。

この13年間でたくさんのお会いの場面を見てきました。働きたい方と採用を検討している企業、初めのうちはとても緊張した様子で、「どんな会社なのか」「どんな人なのか」とお互いに様子を見ているような状況もあります。そこから職場実習の制度等を活用し、お互いを知っていくことで、不安も解消され、気が付くと共に働く仲間として、なくてはならない存在になっています。

ご家族としては、将来のことを考えると、障害があることで、「こんなにできないことがあつたら、仕事なんて出来ないのでは」「会社でいじめられるようなことがあつたらどうしよう」ときつと不安な気持ちがたくさんあつて、働くことに対して、マイナスに考えてしまうかもしれません。でもきつとその不安を取り除く方法は、障害者雇用の本を読んだり、うまくいった話を聴いたりすることよりも、一歩踏み出して実際にチャレンジをしていく中で「できる」「大丈夫」ということをご本人、ご家族、企業、支援者と一緒に確認していくしか、方法はないのかもしれませんが。

就職に向けてチャレンジすることで、不安もあると思いますが、その反面で得られることはたくさんあります。たとえ少し遠回りをして、チャレンジした結果が、もしうまく行かなかったとしても、何度でもチャレンジすることは可能です。やってみたこと体験したこと、次にどうしていったらよいか、一緒に作戦を練ることもできます。

「働く」ということで得られる大きなものは「収入」かもしれませんが、でももっと大きなものは、「自分の居場所」があることが一番ではないかと思っています。収入があつて生活が安定していたとしても、自分が必要とされる場所や毎日通える場所があること、自分が仕事をしたことで頑張っていると褒めてもらえる場所がある。そういった日々の喜びから、働く意欲に繋がりが、それが生きていく人生の中で「働くこと」で得られる一番大切なものではないかと思っています。大切なものを得られるように、これからも「輝ける場所」に出会えるお手伝いをしていきたいと思っています。



## 働き続けるために

社会福祉法人光の里 フィロスあけほの管理者 杉本繁彦

私達の事業所で就労に至り、「働き続ける原動力」を得た利用者さんのお話をさせていただきます。

Aさんは知的障害を抱え、高校を卒業して一度は就職したものの10か月で解雇され、その後20年間自宅で過ごされている状況の方でした。生活環境と生活リズムを整えるために、まずは生活介護事業所の利用からスタートいたしました。週3回の利用から始まり、やがて週5日通えるようになると徐々に慣れていきました。生活介護事業所でも軽作業をおこなっており、その報酬として工賃をもらいながら「働く」という意識が少しずつ芽生え始めていきます。グループホームに入居し、生活環境が整い始め、1年後に就労移行支援事業所で一般就労にチャレンジしていくまでに安定していきました。とても穏やかで、口数が少なく、細い体のAさんに一般就労ができるのだろうかかと心配だったのが本音です。利用開始して2か月、障害者就業・生活支援センターから雇用を目的とした実習の話があり、まずは「経験」と思い切ってチャレンジしてみる事にしました。清掃関係の作業で1日1日と成長していくAさんに驚き、私達はその姿を褒めると、嬉しそうにそれに応えようと更にモチベーションを上げていきました。就職という結果に誰もが期待しましたが、まさかの結果に。センター担当者さんと私達も落胆していましたが、本人は実習をやり終えたという達成感と自信にみなぎり、「次も頑張るよ」と照れくさそうに笑顔を見せていました。この本人の働く意欲にセンター担当者さんは「すぐ次の企業を見つけるからね」と大奮起。私達も一緒に諦めずに頑張ろうと、共に努力をしました。それからわずか1か月後、就職が決まり今でも働き続けています。

20年間自宅で過ごしてきたAさんが、福祉サービスを経て1年半で就職に結び付き、お給料で自分の好きなものを買って、グループホームで皆と楽しく過ごされている。今のAさんにとって働く事は、全ての自信に繋がるものだと思います。その自信が更なる向上心と達成感に繋がり、その対価であるお金で得る事のできる喜びが新たな欲求を生んでいく。このスパイラルが「働き続ける原動力」となるのではないのでしょうか。

自信を得るといふ事は成功体験とそれを褒めてくれる・認めてくれる人があつて生まれます。その自信を確固たるものにするには、失敗体験という礎も必要でしょう。皆さんに伝えたい事は、様々な「経験」を積んで頂きたいという事です。その中に成功や失敗があり、そして人が関わっていきます。失敗はやはり怖いものです。だからこそ、私達は「経験」に踏み出す勇気を与える事と本人と家族に寄り添う事が仕事なのです。

「働き続ける原動力」このスパイラルが歪まないように、そつと見守り、時に微修正をしながら、その人に関わっていく。これが私達の就労後の定着支援です。この定着支援をこれからも大切していきたいと思っています。

## 働き続けるためによくあるQ&amp;A

- Q1.** 本人の働くモチベーションにつながるようなことはありますか？
- A1.** 何かの目標や本人の興味のあることと、働くことが関連付けられると良いでしょう。例えば、もらった給料を趣味や好きな活動(スポーツ等)に使えることが、働く励みにもなり、モチベーションにもつながります。また、会社内の行事(社員旅行や忘年会など)に参加することで、職場の人間関係も広がり、話のできる人が増えることによって職場に行く楽しみが増え、働くモチベーションにつながるということもあります。
- Q2.** もらった給料の使い方をどう教えて良いか考えています。
- A2.** 将来のことを考えてお金を貯めることと、働く意欲につながるように自分の欲しいものを買うことの両方を伝えていくことが大切です。例えば、身近なことでは、携帯電話を購入したい場合、お金を貯める目標を立てて携帯電話を買うこと、携帯電話を買ったあと、月々の使用料金を払うことを例に挙げて、入ってくるお金と、使って出ていくお金の流れを知ることができます。また一緒に買い物に行く機会を増やして自分でお金を払う(使う)機会を作っていくことも大切です。
- Q3.** 働き始めて慣れるまでは、家族が送迎をしています。いつまで送迎を続けていこうか考えています。
- A3.** 将来のことを考えて、できるだけ自分で通勤できる方法を身に付けておいた方がよいでしょう。その手段が自転車なのか、公共交通機関なのか、自宅から職場まで個々に状況は違いますが、働く環境に慣れてきたら、少しずつ自力で通勤できるように切り替えていくことが大切です。
- Q4.** 仕事にも慣れてきたので、そろそろ将来のことを考えて自立した生活をする準備をしたいのですが。
- A4.** 地域には、共同生活のできるグループホームがあります。グループホームでは、家庭的な雰囲気のもと、日常生活における相談支援や食事、入浴等の介護を受けながら、地域で自立した生活を行うことの支援が受けられます。どのような場所か、実際に見学していただき、ご本人に合った場所かどうか確認していくことが大切です。まずはお住まいの市町村の福祉担当課へご相談いただき、地域にどのようなグループホームがあるか、確認をしてください。
- Q5.** 働き始めて半年が経ちましたが、家を出る時間が遅くなることなど、生活に変化が出てきました。
- A5.** 職場の環境に慣れてきた時期であり、少し気持ちに余裕が出ている反面、気持ちに緩みも出ているかもしれません。ご家庭からも余裕を持って出勤する声かけをしていただき、このように生活の中で変化が出ていることがあれば、どのように行動が変わったなども含めて、学校や障害者就業・生活支援センターなど支援機関へご相談ください。支援者側からは、定着支援時に出勤状況を確認していきます。職場の状況と家庭の状況を共有していくことで、両方から本人へ働きかけを行うことができます。

- Q6.** 家の様子を見てみると、しっかり職場で働けているか心配になることがあります。
- A6.** 学校や障害者就業・生活支援センターなど支援機関が、定着支援で職場訪問を実施しておりますので、心配になる点がありましたら、職場での状況がどうか、お問い合わせください。また、学校や障害者就業・生活支援センターなど支援機関からご家庭での様子を伺うために、連絡をさせていただく場合もあります。
- Q7.** 職場に同年代の方がいないため、悩みを相談する相手や話をする相手がいなくてつまらないと言いついて困っています。
- A7.** 同年代の方がいない職場もあるでしょう。そのような場合、同年代の方と関わる場所として、卒業後に同窓会を開催している学校が多いです。積極的にそのような会に参加し、地域の余暇活動を利用して友達とのつながりを大切にしてください。また職場の悩みごとは、現場の上司や採用の担当者へ相談することで、解決につながることもあると思います。どのようなことで困っているか素直な気持ちを相談してみてください。
- Q8.** 仕事を休む日が増えてきて困っています。
- A8.** 何が原因になっているか、まずは本人の話を聞いてあげてください。例えば、職場の環境の中で、指導者が異動してしまい相談できる人がいない、あるいは、仕事内容に変化があり困っているなど、会社の環境によって不安な気持ちになっているのかもしれませんが。また、風邪や身体的な不調で休みが増えている場合は、体力づくりのため、生活習慣や健康管理を見直していただくことが大切です。職場環境への不安や精神的に不調が見られる場合は、学校や障害者就業・生活支援センターなど支援機関へご相談いただき、精神的な不調については、医療機関の受診をお勧めすることもあります。
- Q9.** 本人が今の仕事が合わないと言っていて、将来的に転職を考えています。
- A9.** すぐに退職を申し出るのではなく、まずは支援機関にご相談ください。現在、勤務している職場で、どのようなことが合わないのか、どんな配慮があれば仕事を続けていくことが可能なのか、学校や障害者就業・生活支援センターなど支援機関が本人や会社と調整を行っていきます。もし調整が困難な場合には、転職に向けてのご相談にも対応させていただきます。
- Q10.** 仕事を退職してしまいました。その後の生活や就職が不安です。
- A10.** 地域には就職を目標とした訓練を行っている施設があります。このような施設を利用することで、働いていたときと同じ生活パターンを崩さないように維持することや働くために必要とされるマナーや体力をつけること、また、退職してしまった原因を一緒に考えて、再度就職へチャレンジしていくことが可能です。施設によって取り組んでいる作業の内容も異なりますので、ご本人が無理なく通所できる場所にある、ご自身に合った施設を見学して、利用をしていくことをお勧めします。そのような情報もお住まいの市町村の福祉担当課にご相談ください。

## 障害者就業・生活支援センター

障害者就業・生活支援センターでは、地域に密着して、関係機関と連携しながら、障害者の就職や生活に関する相談や支援を行っています。また、障害者を雇用したいと考えている企業などからの相談も受け付けています。

- 前橋市**  
**ワークセンターまえばし**  
前橋市日吉町2-17-10 前橋市総合福祉会館1階  
TEL027-231-7345
- 高崎市  
安中市**  
**エブリイ**  
高崎市末広町115-1 高崎市総合福祉センター1階  
TEL027-361-8666
- 桐生市  
みどり市**  
**さんわ**  
桐生市新里町新川3743  
TEL0277-74-6981
- 伊勢崎市  
佐波郡**  
**メルシー**  
伊勢崎市波志江町571-1  
TEL0270-25-3390
- 太田市  
館林市  
邑楽郡**  
**わーくさぼーと**  
太田市東本町53-20 太田公民館東別館内  
TEL0276-57-8400
- 沼田市  
利根郡**  
**コスモス**  
沼田市東原新町1801-40 沼田市役所東原庁舎内  
TEL0278-25-4400
- 渋川市  
北群馬郡  
吾妻郡**  
**みずさわ**  
北群馬郡吉岡町上野田3480-1  
TEL0279-30-5235
- 藤岡市  
富岡市  
多野郡  
甘楽郡**  
**トータス**  
藤岡市下栗須974-10  
TEL0274-25-8335

## 群馬県内就労移行支援事業所 (平成28年1月現在)

就労移行支援事業所では、一般企業への就職を希望する障害のある方に、一定期間(原則2年間)にわたって、就職に必要な知識や訓練などの支援を行っています。

### 前橋市

ガーデンタイム	前橋市荒子町字堤下109	TEL 027-226-6660
ワークハウズドリーム	前橋市城東町3-15-26	TEL 027-260-6888
ゆずりは	前橋市青梨子町668-2	TEL 027-225-2622
菜の花	前橋市青梨子町379-1	TEL 027-226-6090
よろず屋寒春	前橋市天川大島町1203-6	TEL 027-289-5420
サニーズマーケット	前橋市田口町177-3	TEL 027-212-8301
こせら	前橋市富士見町原之郷1064-1	TEL 027-212-0037
とも	前橋市上増田町318-2	TEL 027-267-1770
とらっぱ	前橋市日吉町2-17-10	TEL 027-219-2525
Hope Garden	前橋市茂木町1189-1	TEL 027-225-7997,7998
麦わら屋	前橋市高井町一丁目30-3	TEL 027-226-1039
あいりんくす	前橋市文京町四丁目20-15	TEL 027-225-6111

### 高崎市

すまいる	高崎市京目町201-2	TEL 027-381-6171
ウエルク高崎	高崎市栗崎町210-1	TEL 027-347-2321
リベルタ高崎	高崎市江木町字高崎沖313-20	TEL 027-388-1086
らかん	高崎市羅漢町29-2	TEL 027-395-9910
ホープ高崎	高崎市上小増町868-2	TEL 027-360-4001
エール	高崎市正観寺町257	TEL 027-395-0787
三山ヘルプ荘	高崎市西国分町408	TEL 027-372-1919
グリーンピア	高崎市日高町419	TEL 027-361-2066
はるな郷地域生活支援多機能センター	高崎市箕郷町生原595	TEL 027-371-2487
リンテージ	高崎市江木町979-3	TEL 027-345-7390
レインボーサンフラワー	高崎市寺尾町2496-1	TEL 027-329-7032
ジョブトレしんまち	高崎市新町542-4	TEL 0274-50-8260
ウェルビー高崎駅前センター	高崎市栄町14-5 内堀ビル3階3-A号室	TEL 027-320-7511
アリス高崎就労支援	高崎市双葉町11-7 2F	TEL 027-326-8855

### 桐生市

元気のでるファームSTEP	桐生市梅田町4-465	TEL 0277-32-0520
桐生市新里町福祉作業所	桐生市新里町新川2981	TEL 0277-74-5800
赤城の家	桐生市新里町赤城山571-5	TEL 0277-74-4487
パン工房みやま	桐生市川内町5-1587-1	TEL 0277-65-8339

### 伊勢崎市

県立障害者リハビリテーションセンター(就労支援部)	伊勢崎市波志江町3030-1	TEL 0270-23-3349
ベルガモット	伊勢崎市波志江町571-1	TEL 0270-40-6461

## 太田市

エコネット・おおた	太田市細谷町1714-2	TEL 0276-32-8850
セルフあけぼの	太田市緑町783	TEL 0276-37-7444
ありさんち	太田市六千石町51-1	TEL 0277-78-7191
HOPE GARDEN 太田	太田市安養寺町18-1	TEL 0276-60-5091

## 館林市

ふらっぐ	館林市松原2-22-16	TEL 0276-76-7899
社会就労センター梨花	館林市日向町739	TEL 0276-75-6781

## 渋川市

あいぼーと あすなる	渋川市金井1841-1	TEL 0279-22-4649
ベテル	渋川市渋川4418	TEL 0279-22-1730

## 富岡市

水土舎	富岡市後賀723	TEL 0274-64-1254
HOPE GARDEN 藤木	富岡市藤木276-1	TEL 0274-67-7951

## 安中市

リベルタ	安中市宿913-1	TEL 027-382-8239
フィロスあけぼの	安中市原市1544-11	TEL 027-386-6091

## みどり市

エコー	みどり市笠懸町鹿490-7	TEL 0277-77-0082
-----	---------------	------------------

## 利根郡

たけのこ学園	利根郡昭和村川額1306	TEL 0278-24-6116
--------	--------------	------------------

## 佐波郡

玉村町障害者福祉センターのばら	佐波郡玉村町福島965	TEL 0270-64-5811
-----------------	-------------	------------------

## 甘楽郡

Leaves(リーブス)	甘楽郡甘楽町大字福島289-1	TEL 0274-67-5177
--------------	-----------------	------------------

## 邑楽郡

のぞみ	邑楽郡大泉町上小泉383	TEL 0276-20-1294
東毛地域障害者総合支援センターAPT	邑楽郡邑楽町大字篠塚字寺中4108	TEL 0276-57-6663

## ハローワーク

ハローワークでは、就職を希望する障害者の求職登録を行い、専門の職員・職業相談員が障害の態様や適性、希望職種等に応じ、きめ細かな職業相談、職業紹介、職場適応指導を実施しています。

管轄地域	ハローワーク	住所/TEL
前橋市	前橋	前橋市天川大島町130-1 TEL 027-290-2111
高崎市 (ハローワーク藤岡の 管轄区域を除く)	高崎	高崎市北双葉町5-17 TEL 027-327-8609
安中市	安中	安中市安中1-1-26 TEL 027-382-8609
桐生市 みどり市	桐生	桐生市錦町2-11-14 TEL 0277-22-8609
伊勢崎市 佐波郡	伊勢崎	伊勢崎市太田町554-10 TEL 0270-23-8609
太田市	太田	太田市飯田町893 TEL 0276-46-8609
館林市 邑楽郡	館林	館林市大街道1-3-37 TEL 0276-75-8609
沼田市 利根郡	沼田	沼田市薄根町3167-4 TEL 0278-22-8609
富岡市 甘楽郡	富岡	富岡市富岡1414-14 TEL 0274-62-8609
藤岡市 高崎市(新町、吉井町) 多野郡	藤岡	藤岡市上大塚368-1 TEL 0274-22-8609
渋川市 北群馬郡	渋川	渋川市渋川1696-15 TEL 0279-22-2636
吾妻郡	中之条	吾妻郡中之条町大字西中之条207 TEL 0279-75-2227

### 群馬障害者職業センター

前橋市天川大島町130-1 TEL 027-290-2540

障害者職業カウンセラーやジョブコーチ(職場適応援助者)などを配置し、ハローワーク、障害者就業・生活支援センターなどと連携して障害のある方、その支援機関及び事業所の支援を行っています。

### 群馬県障害者就労サポートセンター

(群馬県労働政策課障害者就労支援係)

前橋市大手町1-1-1 TEL 027-226-3403

関係機関と連携し、各種セミナーの開催など障害のある方と事業所の双方に対する支援に取り組んでいます。



START  
WORKING  
GUIDE  
BOOK

2016

就労応援ガイドブック

— 家族で目指す一般就労 —

発行 © 平成28年3月 企画・編集 © 群馬県産業経済部労働政策課 制作・印刷 © 社会福祉法人 恵の園

GUNNMA