

# 就労準備プログラム 実施例

※いつでも、個別のプログラムを実施しています☆

プログラムカレンダーでの空白欄は…

月	火	水	木	金	土	日
				6/1	2	3
4	5	6	7	8 読谷村文化センター 講座第1日 10:00~15:00 ★カラダとアタマをほぐそう ★美文字に挑戦 ★うちなークイズ	9	10
11	12	13 うるみん 第2会議室 10:00~15:00 ★ホウレンソウ ★カードスピーチ	14	15	16	17
18 中城村 吉の浦会館 中会議室 10:00~15:00 ★カラダとアタマをほぐそう ★美文字に挑戦 ★うちなークイズ	19	20	21	22		
25	26	27 うるみん 第3会議室 10:00~15:00 ★美文字に挑戦 ★うちなークイズ	28	29	30	

個人のニーズや  
タイミングに合わせた  
プログラムを行っています！

月	火	水	木	金	土	日
				6/1	2	3
4	5 <b>個別</b> 立て看板ニス塗り	6 (例)ジムに行く	7	8 集団プログラム 読谷村文化センター ★カラダとアタマをほぐそう ★美文字に挑戦 ★うちなークイズ	9	10
11 (例)就労体験	12 面談	13 集団プログラム うるま市 うるみん ★ホウレンソウ ★カードスピーチ	14	15 (例)古紙回収	16	17
18 集団プログラム 中城村 吉の浦会館 ★カラダとアタマをほぐそう ★美文字に挑戦 ★うちなークイズ	19 <b>個別</b> 立て看板ニス塗り	20 (例)パソコン触る	21	22 <b>個別</b> 海で気晴らし	23	24
25 <b>個別</b> フードバンクボランティア	26 面談	27 集団プログラム うるま市 うるみん ★認め合うこと ★協働ゲーム	28	29 <b>個別</b> フードバンクボランティア 古紙回収	30	

## 個別 プログラムによる変化事例

Aさん(25才 男性 障害手帳申請中)

### ■課題

- ・集団の中に入ることにに対して苦手意識があり。
- ・昼夜逆転の生活を送っていた。



### 個別 立て看板のニス塗り

- ・Youtube でニスの塗り方を検索
- ・ホームセンターで買出し
- ・一緒にニス塗り作業



### 変化、効果、成功体験

- ・集団にも入れるようになりたい気持ちが出る。
- ・緊張感が軽減。気楽に参加できる。
- ・予定を入れることにより、意識して生活リズムを整えることができた。



### ■これから

- ・引き続き個別プログラムを活用。自己肯定感を高める。
- ・集団プログラムへの参加促し。強み課題のフィードバック。
- ・就労継続支援事業所での就労を目指す。

# 個別/集団プログラム 例

## 目的・効果

- ✓ 自己肯定感の向上、不安の軽減
- ✓ 日常生活・社会生活・働くことへの意欲向上
- ✓ 信頼関係構築（本音を話せる関係性作り）
- ✓ 能力の見極め
  - ・作業能力（スピードや工夫）
  - ・理解力／伝える力／協調性  
考える力／集中力
  - ・文字書字能力、読解力
- ✓ 自己理解の促し
  - ・アルコール等依存や疾患の課題
  - ・コミュニケーションの特徴
  - ・自分の感情への気づき

## 個別プログラム

※個人の趣味や興味から社会参加のキッカケを作り、楽しさを通してプログラム参加のハードルを下げる。



魚釣り



メイク練習



ジムに行く



ウォーキング



図書館見学



潮干狩り



パソコン体験



農業体験

## 集団プログラム

※集団の相互作用を利用しながら、社会参加に必要なスキルアップを目指す。

### 体ほぐし/レク体操

遊びの要素を取り入れて、体の可動域や体力面を確認する。

### 事前たしかめ表

簡単な確認表に記入しながら、自分自身の現状を確認する機会を作る。

### 学び直し

字の記入や集中力、言葉の理解力などを確認する。

### 認め合うこと

相手と自分の違いを受け入れ、互いに気持ちよく付き合うためのコミュニケーションを学ぶ。

### こんなときどうする

集団 SST を活用し、日常生活でのコミュニケーションスキルの課題を克服する方法を実践して学ぶ。

### うどん打ち～就労体験～

他者との協働による作業スキルを確認する。作業効率やコミュニケーション能力を見極める。

# ～就労準備プログラム～

必要な方は随時、面談もOK!  
安心してご参加ください!



少し未来の自分の姿を描き出すための  
「想いのマップ」作成等を行い、総合的な課題に  
取り組みます。また、ボランティアや企業見学、  
就労体験などを通して、講習終了後の就労を見据えた  
仕上げを行います。

## 就労生活自立



## 日常生活自立

基礎づくりの期間。

講習はまずは2時間程度、規則正しい  
生活習慣や基礎体力づくりから始めましょう。  
規則正しい生活習慣を取り戻すために、コース  
開始は毎日決まった時間です。



## 社会生活自立

社会生活自立に向けて、  
人とのやりとりのための基本的な技能の習得に  
移行し、多彩なワークを通して社会生活に  
必要なコミュニケーション能力を磨きます。



ステップ  
アップ

それぞれの  
自立へ向けて…

