

# 浦安市障がい者就労



# 支援センター通信



浦安市障がい者就労支援センター  
 (浦安市ワークステーション 1F)  
 住所 279-0032 浦安市千鳥 15-5  
 TEL 047-304-6200  
 FAX 047-304-6202  
 ☒ urayasu-syurosien@roukyou.gr.jp  
 開館日 月曜日～金曜日(祝日を除く)  
 開館時間 午前9:00～午後5:30

一人で悩まずに、一緒に就職を目指しましょう！！

就労移行支援事業所  
リバーサル浦安

障がいがあっても働きたい！…でもどんな仕事が自分に合っているのか、どんな強みが自分にはあるのか、どうすれば働く自信がつくのか…そんな悩みを持っている方へ、「就労移行支援事業所」について紹介させていただきます。「就労移行支援事業所」とは、障がいがある方を対象とした就労のサポートを行うところです。『障害者総合支援法』に定められている障害福祉サービスのひとつでもあります。

今月は東西線浦安駅から徒歩1分の場所にある、就労移行支援事業所・リバーサル浦安を紹介します！

## 一人ひとりに合わせた目標設定とサポート

リバーサル浦安では、最大2年間の利用期間の中で一般就労に向けた訓練をしています。どんな仕事をしたいか、いつ頃に就職したいか、以前はどのようなことが原因で体調を崩したのか…など、いろいろと聞き取りをして、その方の課題と一緒に考え、長く働き続けることができる会社に就職できるようにスタッフ一同が全力でサポートをします！

訓練内容としては、タイピング・Word・Excelなどのパソコン学習、会社でも必要となる報連相の訓練としての軽作業練習、ビジネスマナーやSST(ソーシャルスキル・トレーニング)などの講座などがあります。一人ひとりの目標や適性を考慮し、最適なカリキュラムを作成します。目標の変更や訓練の進捗状況によってカリキュラムを見直すことも可能です。



▲リバーサル浦安の外観・▼内観



## 自分のことをよく知る、知ってもらう

リバーサルでは自分のペースを大事にしながら、じっくりと自分に合った会社を見つけて長く働き続けてもらうことを目標としています。指示通りにだけ動くのではなく、自分で考える力を身につけ、自己分析をしっかりとして自分に合った環境・職種を見つけていくので、就職半年後の職場定着率は100%となっています！訓練中や休憩時には利用者さんたちに声をかけたり、1日の終わりの訓練報告書の提出の際にはその日の振り返りをして常にコミュニケーションを取り、利用者さんたちのことをよく知れるようにしています。相談しやすい環境にすること、その方をよく知って合う会社と一緒に見つけていくことができるようにしています。

▼リバーサル浦安スタッフのみなさん

リバーサル浦安のココがすごい！



## ～リバーサル浦安からのメッセージ～

リバーサルには長続きせずに転職を繰り返してしまう方、引きこもっていた時期が長いが今度は就職をしたいという方、様々な方が相談にいらっしゃいます。まずはひとりで悩まず、相談することに慣れたり、誰かに頼ることも必要です。リバーサルと一緒に就職を目指していきましょう！

ミスを指摘されたとき、それをネガティブに受け止めてしまったことはありませんか？ ちょっとした指摘を重く受け止めてしまうと、「侮辱された」「悔しい」「こんなこともできないなんて自分はダメな人間だ…」とイライラしたり悲しくなったり、なかなか気持ちを切り替えられなくなってしまいます。

ネガティブ思考は気持ちを暗くさせてしまうだけでなく、人間関係の悪化につながることもあります。

今月はそんな感情との上手なつきあい方について掲載します。

ポイント

### ●事実と感情を分けてものごとを見てみましょう



「Aさんが掃除のやり残しを注意されて、ショックを受けた場合」を例にして見てみましょう。

## ◆事実

- ・掃除のやり残しがあった

## ◆感情

- ・掃除ができない自分はダメな人間だ

事実と感情を分けて見ると、事実は「変えられないもの」であり、感情は「Aさんのものごとの捉え方が影響しているもの＝変えられるもの」ということがわかります。**事実だけに目を向けた場合、「やり残したところを掃除してほしいと言われているだけ」「忘れたことに気づいてもらってよかった」と感情に振り回されずに済みます。**また、相手のちょっとした指摘を自分への攻撃や叱責、非難と勘違いしてしまうと、怒りなどの適切でない感情が生じやすくなります。事実と感情を分けて客観的にものごとを見ることによって、自身の「ものごとの捉え方のクセ」がわかるようになってきます。このクセは意識することで、改善することができます。

最初は難しいかもしれませんが、ネガティブ思考に陥ってしまったときは、事実と感情を分けてものごとを見てみましょう。

### 新型コロナウイルス感染症対策について

- 咳エチケットの観点から、職員はマスクを着用するようしております。
- 自宅で検温の上、来所をお願いいたします。  
※37.5℃以上の発熱等の風邪症状がある場合は、来所を控えてください。
- マスクの着用と来所および退所時に、手指の消毒のご協力をお願いいたします。
- 面談および講座の運営は、ソーシャルディスタンスを保ち実施しております。

### 支援センターまでのアクセス



### アクセス

公共交通機関 舞浜駅南口より東京ベイシティバス20系統千鳥線（バス乗車10分）

舞浜行（千鳥循環） 千鳥西行 クリーンセンター行 クリーンセンター下車 徒歩7分

※千鳥車庫行のバスはグリーンセンターバス停には停車しません。