

# 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

日に日に寒さが増していますが、皆様いかがお過ごしでしょうか？ 今回は、浦安駅から徒歩約 10 分、バス停「神明裏」から徒歩 1 分、「猫実三丁目」交差点の冷凍餃子販売店の裏手にある就労継続支援 A 型事業所「パレット」をご紹介します。

株式会社 徳正  
パレット(浦安)

### 1 人 1 人の可能性と選択肢を広げる

パレットでは、一般就労を希望される方のさらなるスキル・ステップアップの支援を提案しています。

主なお仕事は内職や加工作業、PC を使った作業としてヤフーオークションの出品作業がありますが、それ以外にも仕事の幅や可能性、選択肢を広げられるよう、店舗での作業や希望があれば簡単な接客等、幅広い作業を提供できる環境づくりに力を入れています。

また、体調、精神不良等により、仕事がしたくても出勤できない方を対象にした在宅での作業提供も行っています。(※定期的に事務所に来て納品する必要があります)

お仕事をする作業所→  
 トイレ 2 か所、給湯室、  
 ロッカー完備  
 ※中古品販売店舗で作業  
 をすることもあります。



コロナ・インフルエンザ等の感染症対策もバッチリ。『もらわない・広げない』をモットーに感染症対策の実施を継続しています。

### コミュニケーションによって信頼関係を

毎日お仕事をする中で、パレットでは利用者さん 1 人 1 人の体調や表情等に留意し、変化に気づくことを大切にしています。作業に関してはもちろん、生活や体調の相談、質問など、気軽に利用者さんからも声をかけることが出来るような、安心して過ごすことが出来る環境や雰囲気づくりを心がけています。

### パレット浦安からメッセージ



お一人お一人の障害と特性、得意な事・苦手なことを理解し、その方に合わせたお仕事や支援を行っております。『働くのは初めてで不安……』『社会とつながりたい』『一般就労をしたいけど、慌てずやりたい』などなど……利用するきっかけは人それぞれです。少しでも興味を持たれたら、お気軽にお問合せ下さい。ご質問、ご相談、ご見学体験を随時受け付けております。

### パレット浦安での一日の流れ

8:30 ～ 8:50	出勤・タイムカード打刻 日報記入
9:00 9:10 10:30 10:45 12:00 12:45	朝礼開始 作業開始 休憩(15分間) 作業再開 昼食(45分間) 作業再開
13:55 14:00	各自、作業用品の片付け 終礼開始
終礼後	日報記入 タイムカードを打刻して退社

### パレット浦安での主な仕事の内容

- 書類や広告の折り、封入、封かん作業
- 巾着袋の加工(リボン通し、封入封かん、シール張り)
- ガチャ玉、アクリルキーホルダー、アクリルスタンドの加工
- 三角くじの作成
- 製図の糊付け作業
- 中古品のクリーニング・仕分け作業
- 冷凍食品の加工(包装紙への賞味期限ハンコ押し、パック包装等)
- 出品作業に伴う検索、デジカメでの商品の撮影、入力
- 計算や書類整理等の事務作業
- 店舗の清掃

お仕事の際や、日々の生活の中で、頭にくることや納得できないことが多々あるかと思います。そんな時、皆さんはどのように対応をしているのでしょうか？

今回は「ついカッとなって」しまって、自分や他人を傷つける事を減らすために、簡単に実践できる「アンガーマネジメント」の方法をご紹介します。



「嫌なことを言われた！」  
「あの人は言う通り動かない！」等



**アンガーマネジメントとは**

アメリカで生まれた怒りの感情と上手く付き合う為の心理教育または心理トレーニング。

怒りをなくすのではなく、怒りと折り合いをつけ、周囲とコミュニケーションをとっていく方法です。

①「6秒ルール」で気持ちを落ち着かせる  
怒りを感じた瞬間に、頭の中で「1…2…」と6秒間数えてみましょう。怒りに対してすぐに反射行動しないことによって、少し冷静に行動が出来るようになります。

②その場から離れる  
怒りがどうしても抑えられない！という場合に、怒鳴ったり、手を挙げたりする前に、今いる場所を変えることで、状況をリセットしてみましょう。

「嫌だ！」「腹が立つ！」という気持ちは全く悪いことではありません。しかし、お仕事をする際や社会人として生活する上では、その気持ちは残しつつ、相手と冷静にお話するスキルが必要です。「相手はこうすべきなのに！」と思ったときに「どうして相手はそういうことをしたのか？」と落ち着いて考えることが出来れば、周囲の人とのトラブルを避け、気持ち良く過ごすことが出来るはず。今回の方法以外にも、気持ちを落ち着かせる方法はたくさんあります。アンガーマネジメントについて深く知り、誰かを傷つけることなく、自分の気持ちを大切にしてお過ごることが出来ると良いですね！

**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にしております。
- ❄️ 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クリーンセンターバス停には停車しません。