



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
 <受託事業者>
 労働者協同組合ワーカーズコープ・センター事業団

浦安市障がい者就労

支援センター通信



令和6年度第2回就労支援ネットワーク会議が開催されました

2月21日(金)に『令和6年度第2回浦安市障がい者就労支援ネットワーク会議』が開催されました。市内の福祉事業所や特別支援学校から多くの方々にご参加いただきました。お忙しい中ありがとうございました。

今回は、「ハラスメント」をテーマに、浦安市障がい者就労支援センター・興松(産業カウンセラー)が講義を行いました。後半はグループワークではなく、全体でディスカッション形式で進めていきました。講義内容や、情報共有で出た内容を一部紹介いたします。



講義内容

大きく分けてハラスメントの歴史、職場で起こりやすいハラスメントの説明、パワーハラスメントの現状等について話をしました。

今回は、パワーハラスメントについて深掘りしながら進めていきました。どんな行為が、パワーハラスメント行為に当たるのか、行為が起こった場合どうすれば良いのか紹介しました。パワーハラスメントを防止するための7つの提案についても下記で紹介いたします。

講義の後半では、参加者全員に現場での体験談、実際に起こったハラスメント、それに対する対策やアドバイスなどの共有を行いました。



▲ディスカッションの様子

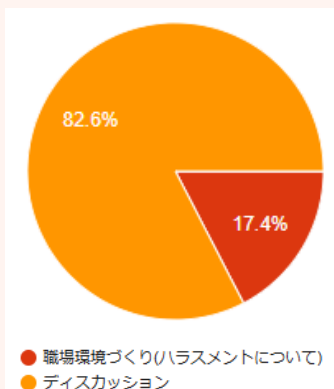
パワーハラスメントの種類

- ①暴力・傷害
- ②脅迫・名誉棄損・侮辱・ひどい暴言
- ③隔離・仲間外し・無視
- ④業務上不可能と思われることの強要(過度な要求)
- ⑤業務上合理性のない作業の要求
- ⑥私的なことに過度に立ち入る

7つの提案

- ①思っていることを素直に言う
- ②できないところではなく、できているところを見る
- ③相手への感謝を忘れない
- ④文句(批判)と一緒に解決策の提案
- ⑤建設的な話し合いの場を作る
- ⑥自分が出来ないことを受け入れる
- ⑦失敗は隠さずに謝る姿勢が大事

アンケート結果



・全体でのディスカッションだったので皆さんのお話をじっくり聞けたことがとても参考になりました。支援に活かしていきます。ありがとうございました。

・どこの事業所もハラスメント問題を抱えているのだと知れました。身近になりつつあるワードではありますが、被害者の方だけでなく加害者側のケアも必要だと思いました。

・社内でどのように啓蒙していくべきか模索していたため、方向性を掴めて収穫のある内容でした。様々な事業所でのケースを教えてください、これからの課題解決の参考にさせていただきます。

ご回答ありがとうございます。今後の参考にさせていただきます。

厳しい寒さも日に日に和らいできました。少しずつ春の訪れを感じられるようになってきました。春は1年の中で寒暖差が一番大きいと言われています。気温の変化に対応しようと交感神経が活発に働くため、エネルギーをたくさん消耗し、自律神経が乱れ、体に不調が現れます。ほかにも、気圧や日照時間の変化、生活環境の変化、花粉症なども原因となります。予防策をいくつか紹介いたします。良かったら試してみてください。



①バランスの良い食事を心がける

食生活のバランスが悪いと体調を崩しやすくなります。食事を摂取すると消化のために副交感神経が活発に働き、体がリラックスマードになります。食事を抜いてしまうと交感神経が働いたままになり、自律神経のバランスが乱れる原因となります。

②良質な睡眠を取る

寝る前の電子機器を見続けると、ブルーライトの影響で交感神経が活発になり、睡眠に悪影響を及ぼす恐れがあります。寝る前はなるべく控えるようにしましょう。

③適切な服装を選ぶ

寒暖差が大きいため、対策が必要です。カーディガンやストールがあると便利です。首・手首・足首を温めるようにすると寒さを感じにくくなります。

④適度に運動をする

適度に運動をすることで体温が上がり血流が良くなります。血流が良くなり、冷えの防止になります。また、気分転換やストレス発散効果も期待できます。

⑤花粉症の対策をする

体が花粉を異物と誤って認識することで発生するアレルギー反応です。服薬でアレルギー反応を抑えたり、外出時にマスクや眼鏡を付けることで抑えられることがあります。

新型コロナウイルス感染症対策について



2023年5月8日より新型コロナ感染症法上の位置づけが5類に移行しました。



マスクの着用については個人の主体的な選択を尊重し、個人の判断で着脱をお願いいたします。



咳エチケットの観点から、職員はマスクを着用しております。



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。

よろしく
お願いします



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。

