

## ナビゲーションブック作成コース

のご案内



就職活動で、自分の障害のことや会社へ配慮をお願いしたいことを、どう説明すると良いか分からない...

得意なことや苦手なことを整理したい...

## ナビゲーションブックとは？

- ・自分の特徴やセールスポイント、障害の特性、配慮をお願いしたいこと等をまとめた資料です。
- ・自分の特徴等を会社へ説明したり、支援機関へ伝えたりする時に役立ちます。
- ・当コースでは、ナビゲーションブック（または就労パスポート）の作成のサポートを、無料で受けることができます。

## 見本

## ナビゲーションブック

私は「〇〇障害」と診断を受けています。  
 〇〇障害は、一般的には、〇〇や〇〇が特徴の障害と言われています。  
 このナビゲーションブックは、私の特徴や配慮をお願いしたいことをまとめたものです。参考にしていただければ幸いです。

## ■作業面

## ○セールスポイント

・単調な作業でも、集中して黙々と取り組むことができます。

## ○苦手なこと

・複数のことを同時にやるのが苦手で、どちらかがおろそかになってしまいがちです。やる順番をしっかりと確認するよう心掛けています。

## ■コミュニケーション面

## ○セールスポイント

・誰にでも明るくあいさつをすることができます。

## ○苦手なこと

・要点をまとめるのが苦手で、話が長くなってしまったりすることがあります。

## ■配慮をお願いしたいこと

・仕事の指示をいただく時には、一つずつ丁寧に教えていただけると有難いです。  
 ・月1回木曜日に通院があるため、お休みの取り方についてご相談させていただけますと幸いです。

## 講座の対象者

- ・現在就職活動中の、発達障害や精神障害の診断を受けている方が対象です。
- ・他の支援機関を利用中の方も、ご利用いただけます。

## 講座の流れ

- ・事前に、ご要望や通所スケジュールなどを確認するために、ご相談をさせていただきます。

## 1週目

- ・プログラムや作業等を通じて自分を知る

## 2週目

- ・ナビゲーションブックを相談しながら作成する
- ・対処方法を検討する

## 3週目

- ・ナビゲーションブックを仕上げる

## 作業や講座も受講し、自分のことを深く知ろう！



- ・ご希望により、各種作業（事務作業、軽作業など）や講座（コミュニケーション講座など）を受講いただけます。
- ・実際に作業をしながら自分の強みを確認したり、苦手なことへの対処方法を検討することができます。

## ナビゲーションブック作成コース

### 受講期間について

- ・ナビゲーションブック作成コースの受講期間は3週間程度です。
- ・それぞれの状況（現在通所中の支援機関がある、遠方のため毎日通所できないなど）に合わせて、通所の頻度などは変更ができます。
- ・通所時間は、9時半～15時半前後までです。

### スケジュール例①

	月	火	水	木	金
	1	2	3	4	5
午前	オリエンテーション	ナビゲーションブック	作業体験	作業体験	面談
午後	作業体験	作業体験	X	講座	ナビゲーションブック
	6	7	8	9	10
午前	作業体験	ナビゲーションブック	作業体験	ナビゲーションブック	面談
午後	ナビゲーションブック	作業体験	X	講座	ナビゲーションブック
	11	12	13	14	15
午前	作業体験	ナビゲーションブック	作業体験	面談	ナビゲーションブック
午後	ナビゲーションブック	作業体験	X	講座	ふりかえり

週5日間通所し、自分の強みや苦手なことを、作業や面談等で改めて整理しながら、ナビゲーションブックを作りたい！



### スケジュール例②

	月	火	水	木	金
	1			2	3
午前	オリエンテーション	X	X	作業体験	面談
午後	ナビゲーションブック	X	X	講座	ナビゲーションブック
	4			5	6
午前	作業体験	X	X	ナビゲーションブック	ナビゲーションブック
午後	面談	X	X	講座	ふりかえり

通所中の支援施設があるので、週3回×2週間程度でナビゲーションブックを作りたい！



## お問い合わせ先



独立行政法人高齢・障害・求職者雇用支援機構福井支部

福井障害者職業センター

〒910-0026 福井市光陽2丁目3番32号

TEL : 0776-25-3685 (担当：職業準備支援 担当者)