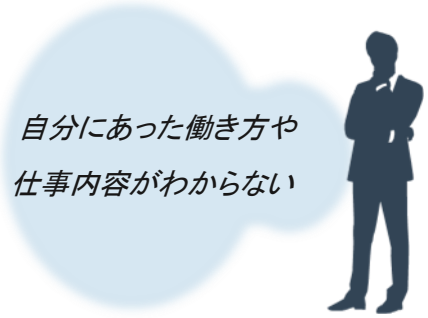
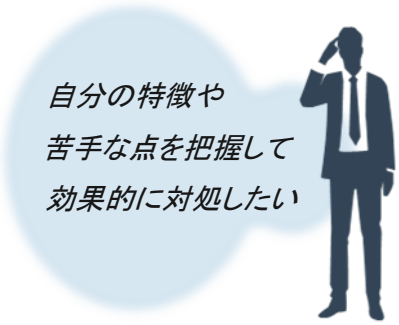
神奈川障害者職業センター

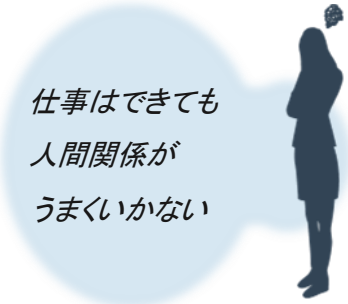
あなたの「働きたい」を応援します

職業準備支援のご案内

「働きたい」 気持ちはあるけれど、就職や復職を前に、こんな不安や悩みごとを抱えていませんか？







職業準備支援では、就職や復職に向けた準備に特化して行います

- ✓ **個々の目標に応じて受講時期と期間を設定できます（2～12 週間の間で期間を設定します）。**
- ✓ **障害の特性に応じた専門的なプログラムを受講できます。**
- ✓ **受講にあたって、交通費は自己負担となりますが、その他の経費は必要ありません。**

◆1 週間のスケジュール（例）

	午前（9：15～12：00）		午後（13：15～16：00）	
月	作業	講習	作業	講習
火	作業	講習	作業	講習
水				
木	作業	講習	作業	講習
金	作業	講習	作業	講習

- ✓ **スタッフと相談の上、必要なプログラムを選択します。**

◆利用までの流れ

初回相談

就職や復職についての希望をお伺いします。就労移行支援事業所などの通所施設を利用中の方も受講できます（詳細はお問い合わせください）。

職業評価

これまでの経過や、特徴を整理することで働くうえでの課題やアピールポイントを検討します。

体験

職業準備支援の体験と面談を行い、個別カリキュラムを設定します。

受講開始

プログラム例

講　習

求職活動の準備について

- 障害の開示、非開示、それぞれのメリット、デメリットについて確認します
- 履歴書やナビゲーションブック（自分の取扱い説明書）のつくり方を確認します
- ジョブコーチ支援など、就職の際に利用できるサポートについて検討します

困ったときの対処方法の検討（問題解決技法）

- 問題が発生したときの原因を把握し、よりよい問題解決策を選択できるよう、グループで練習をします

職場のコミュニケーション

- 職場内でよくあるコミュニケーション（挨拶や質問の方法など）について グループでロールプレイを行います

自分の気持ちの伝え方（アサーション）

- 自分と相手の双方が気持ちよくコミュニケーションをとるための方法を検討します

ストレス対処

- イライラ、不安が生じる仕組みを理解し、対処方法を学びます
- 考え方の癖を知り、自分に合った気分改善を図る方法を検討します

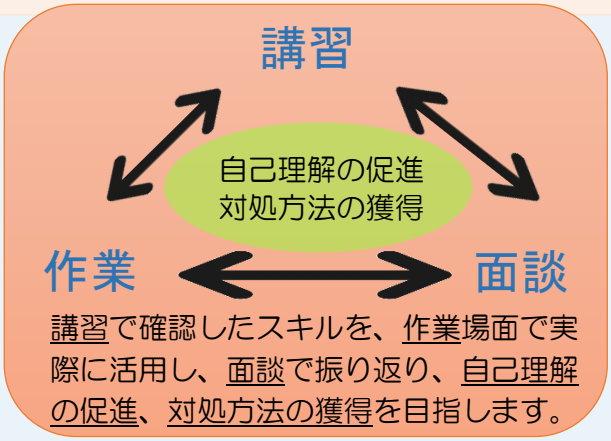
作　業

事務作業

- ＰＣ作業（文書入力、アンケート入力など）
- 簡易事務（数値チェック、請求書作成など）

軽作業

- ピッキング
- テーブルタップの組み立て・分解
- 郵便物仕分け

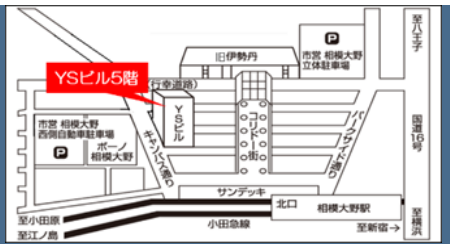


利用例

大学卒業後、離職を繰り返していましたが発達障害の診断を受け、職業準備支援に週４日通いました。職業準備支援では自分の特徴をナビゲーションブックにまとめました。その後、障害を開示してジョブコーチ支援を受けながら民間企業で働いています。
【利用パターン：週４日、開所日は毎日利用】

大学在学中にうつ病を発症し、卒業後は就労移行支援事業所を利用していました。就労移行支援事業所では行っていない、ストレス対処の講習を職業準備支援で受講しました。
【利用パターン：週４日就労移行支援事業所に通所し、週１日職業準備支援を利用】

障害を開示して、民間企業で働いていましたが、周囲とのコミュニケーションでうまくいかないことがありました。上司と相談し、職業準備支援で自分の気持ちの伝え方について考えるグループワークに参加しました。
【利用パターン：所属企業に勤務しながら、参加を希望する講習のみ利用】

独立行政法人高齢・障害・求職者雇用支援機構　神奈川支部
神奈川障害者職業センター
住所：相模原市南区相模大野 3-13-7　YS ビル５階
TEL：０４２－７４５－８８４５
Mail：kanagawa-ctr@jeed. go. jp

当機構では、令和３年４月にドメインを【jeed.go.jp】にすべて変更しております。
旧ドメインでのメールアドレスで送信されないようご注意ください。