

企業見学会に行ってきました！

私は、職業訓練にて一般就労の障害者枠での就職を目指していました。

なかなか思うように進まず苦戦していたところリアンを見つけ、利用することになりました。今回「障害者雇用を積極的に行っている企業」の見学会に参加しました。長距離を歩くことが不安でしたが、職員の方が同行してくださり、安心して向かうことができました。企業担当の方からは、会社をより良くするための取り組みや、障害のある方が安心して働ける環境づくりについてお話を伺いました。実際の作業現場を見学すると、作業はテーブルごとに細かく分けられており、それぞれの特性に合わせて無理なく取り組めるよう工夫されていました。その様子を自分の部署にあてはめながら見ていると、「私にもできそう。ぜひ挑戦してみたい」という気持ちになりました。また、休憩スペースもとても充実しており、一人用のソファ席や談笑できるスペースなどがあり職場環境の良さも印象に残っています。最後に、就労支援を通して実際に就職された方へ質問ができ、働く姿を具体的にイメージすることができました。今回の経験を、就職活動に活かし、一般就労を目指して取り組んでいきたいと思います。



e-スポーツ大会



だんだん春めいてきた2月26日、リアン内本町の二階オフィスにて第六回e-sports大会が行われました。今回は午前・午後と大きく時間を取っての開催となりました。大会の種目はSwitch2のマリオテニスフィーバーです！

開催前に参加者の確認、ルールの説明が行われました。司会の進行はおなじみの利用者さんで、スムーズに大会がスタートしました。

私は午後の試合の予定だったのですが、業務の都合でペアを変更して午前の試合に出場しました。予選の一試合目は勝つことができたので嬉しかったです！

予選の最初の試合は、練習時間が五分設けられました。その練習の間に、操作方法を覚えて試合の感覚をつかむのは難しかったのですが、参加者の方は操作を覚えて白熱した試合が繰り広げられました。デュースを繰り返す試合、フィーバーラケットの技がたくさん飛び交う試合等、会場は大盛り上がりでした。

決勝は、梅田オフィスのペアと、TSK ビルの合同ペアの対決になりました。優勝したのはTSK ビルの合同ペアでした！ 私と同じ部署の方が優勝されたので嬉しかったです！部署を超えた交流ができていい経験になりました。次のe-sports大会も楽しみです。



マンスリープログラム



今回のマンスリープログラムでは、骨格バランス健康法を中心に、就労を続けるうえで大切なことを学びました。

健康的に働くためには、まず会社に行くことが大切であり、そのための体づくりが重要だと知りました。足の腱や筋肉は骨盤や背骨、姿勢と密接に関係しており、足を組む・姿勢が悪いと骨盤のゆがみにつながります。脊柱の椎間板が崩れると神経を圧迫し、体調不良の原因にもなります。自律神経には交感神経(アクセル)と副交感神経(ブレーキ)があり、乱れるとめまい、疲労感、不眠などの症状が現れます。骨は体を支えるだけでなく血液や免疫細胞の生成にも関わり、骨密度を高める運動も有効だと学びました。

今回の内容は、生活習慣が健康に大きく影響することを実感できる大変ためになるお話でした。学んだことを忘れず、今後の勤務でも姿勢などを意識して過ごしたいと思います。



職員インタビュー(S.Tさん)

簡単に自己紹介をお願いします。

S.Tと申します。

太平ビルアトリエでアート業務の支援を行っています。職業指導員兼ピアサポーターとして、利用者様の体調確認や業務支援を通じ、一般就労に向けたサポートをしています。また、面談では世間話の中で自己開示を行い、共感の姿勢を大切にしながら必要な助言をしています。

リアンで働き始めたきっかけはありますか？

もともと就労支援B型で水耕栽培に従事していましたが、ステップアップを目指して就労支援A型の利用を希望しました。地元奈良県にはA型事業所がなかったため大阪で就職先を探し、リアンに出会い入社しました。入社後は培ったPCスキルを活かし、正社員登用を経て現在は正社員として働いています。

利用者から職員になった経験から、支援で大切にしていることは？

利用者だったころSST研修を通じて人との距離感やパーソナルスペースについて学びました。SST研修で学んだことを活かし、適切な距離で接することで不快感を与えないパーソナルスペースの維持を意識しています。

仕事をしていて「やりがい」を感じるのはどんな時ですか？

利用者様がスキルを獲得していく姿を間近で感じられることは嬉しいことでもあり同時にやりがいを感じます。また、通所が安定しない方にピアサポートとしてお話ししたことでアドバイスをし、自身で健康管理を行い通所が安定するようになってきた時など嬉しく感じます。

最後に一言お願いします！

皆様には無限の可能性やのびしろがあると思います。ピアサポート、職員、利用者様の皆さんで共に成長できたら良いと思っています。



ソーシャル
スキル
トレーニング

SST 4コマ漫画



就労継続支援A型 リアン内本町

〒540-0026

大阪府中央区内本町1-2-8 TSKビル2F

TEL: 06-6585-0837

NPO法人リアン

