

東障校だより

令和8年
4号

編集：東京障害者職業能力開発校 広報部会

〒187-0035 東京都小平市小川西町2丁目34-1 電話：042-341-1411(代表) FAX：042-341-1451



■「働き続ける力」を育てる！ 職業準備性の向上を目指す訓練■

就職し、安定して働き続けるためには、専門的な知識や技能に加えて、働くうえでの土台となる「職業準備性」を身につけることがとても大切です。今回は、本校で行っている職業準備性の向上を目指す訓練についてご紹介します。

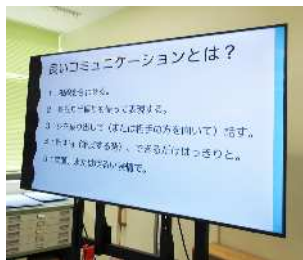
働き続けるための土台「職業準備性」

職業準備性とは、心身の健康や規則正しい生活習慣、コミュニケーションスキルなど、働き続けるための土台となるものです。こうした準備が十分でないまま仕事を始めると、大きな不安や負担を感じ仕事を続けることが難しくなることもあります。そのため、企業の採用では、職業準備性を身につけていることが重視されます。

職業準備性ピラミッド



働く上で必要なコミュニケーション力



各科が取り入れているのが、社会生活スキルの訓練です。職場で役立つコミュニケーションを身につけるための訓練を行います。例えば、初めて会う人への挨拶、仕事の報告や指示の受け方、アンガーマネージメントなど、生徒の状況に合わせて、講義や体験型訓練（ロールプレイ）を行っています。こうした訓練を一つひとつ重ねながら、働き続けるために必要なコミュニケーション力を身につけていきます。

職域開発科の取組

職業準備性の向上を目指す訓練の一例として、職域開発科の訓練をご紹介します。職域開発科は、生徒一人ひとりの障害特性や能力に合わせて学習を進めることが特色の科目です。

○心と体の健康、毎日のチェックで自己管理

生徒は登校すると、まず「生活チェック」の用紙に、その日の睡眠・食事・服薬・体調などを記入します。その後、職員との面談で心と体の状態を一緒に確認します。毎日、自分の体調を振り返って言葉にすることで、生活リズムを整える習慣が身につき、就職後の自己管理にもつながります。



○振り返りで「できたこと」を確認

毎週「振り返り」行い、生活・訓練・就職に向けた目標と、具体的な取組を記録します。1週間を振り返って「できたこと」と「これからの課題」を整理します。難しかったことは、取組やすい小さな目標に置き換えます。小さな一歩を重ねることが、自信につながります。また、記録した内容を職員に伝えることで、職場で大切な「報告・連絡・相談」の練習にもなります。



○ SSTで人と関わる力を身につける

「円滑に人と関わる力」を身につけるために、SST（社会生活技能訓練）の時間を他科より多く設けています。挨拶の仕方や指示の受け方・尋ね方などを全10回の訓練を通して、実践的に学びます。

「就職すること」だけでなく、その先の「働き続けること」を目標に、一人ひとりに寄り添いながら、自分らしく職業生活を送るための力を、日々の訓練を通して育てています。



校内企業説明会を開催しました

本校では、生徒一人ひとりが就職や仕事への理解を深め、企業研究に役立てられるよう、校内企業説明会を年4回開催しています。本年9月には6日間にわたって開催し、計22社の企業にご参加いただきました。

参加した生徒たちは、企業の方から直接説明を伺い、希望者は個別面談にも臨みました。はじめは少し緊張していましたが、企業の方と話すうちに仕事への関心を高め、就職に向けた知識と意識を深める、実り多い機会となりました。



手作りクッキーでおもてなし！初めての接客サービス実習（実務作業科）

9月29日、実務作業科では、本校の店舗実習室で接客サービス実習を行いました。「来店」される皆さまをお迎えするため、製パン科と協力し事前にクッキー作りにも挑戦。当日は、お客さま役の本校職員や外部講師に、手作りのクッキーと飲み物を提供しました。初めての接客に、生徒たちは緊張した様子でしたが、実習が進むにつれて、笑顔で対応ができるようになりました。「注文をとることが楽しかった」「『ありがとう』と伝えられうれしかった」といった感想も聞かれました。

心を込めておもてなしする楽しさと喜びを実感する、有意義な一日となりました。



製パン科&実務作業科 クッキー作り合同訓練

実務作業科 接客サービス実習

○令和9年1月生募集

10月19日（月）～11月19日（木）

■募集科目■

▶3か月科目：就業支援科、6か月科目：職域開発科、調理・清掃サービス科、オフィスワーク科

見学はいつでも受け付けています。皆様のご来校を心よりお待ちしております。

【見学予約：☎ 042-341-1427、平日9時～17時】

次号は11月発行予定。お楽しみに！

お問い合わせ・入校相談・見学相談は以下へお気軽に

東京障害者職業能力開発校 能力開発担当

電話：042-341-1427（直通）

<https://www.hataraku.metro.tokyo.lg.jp/school/handi/>

公式HPはこちら 公式Xはこちら



東障校だより通年第8号：2026年10月発行