

## 「就労支援プログラム」

まだ働いた経験のない方や、休職中の方に向けたプログラムです。各種パソコン講座、コミュニケーション講座、新聞制作（はるかぜ通信）を通じた疑似職場体験、キャリアデザインなどを通して、自己理解の促進やビジネススキル、表現スキルの向上を目指せるように支援しています。

午前プログラム 10時～12時30分	10:00	月	火	水	木	金	土	日	
		10:10	ゆるやか 就労支援 プログラム	NPO法人セカンドスペース運営 不登校・発達支援 プログラム		ゆるやか 就労支援 プログラム	お 休 み		
	11:10	休憩				休憩			
	11:20	参加者みんなで 何をやるか 決めていきます	参加者みんなで 何をやるか 決めていきます						
	12:20								
	12:30								
<b>12:30～13:30 お昼休み</b>									
午後プログラム 13時30分～16時	13:30	始まりのミーティング（テーマに沿った1分間スピーチ）						み	
		キャリア	PC講座 Word・Excel PowerPoint	行動活性化	PC講座 Web作成基礎・ プログラミング基礎				
	14:40	休憩							
	14:50	デザイン	ワーク シミュレーション (はるかぜ通信作り)	心理教育	職場の対人コミュニ ケーション スキル講座				
	15:50	終わりのミーティング（振り返りシート作成+清掃）							
16:00									
プログラム名		目 的 ・ 内 容							
PC講座		ワード・パワーポイント・エクセルはお仕事を想定して実施。また、Web作成とプログラミングは初心者を対象として、本格的に学ぶキッカケ作りとなる内容。							
ワークシミュレーション (はるかぜ通信づくり)		新聞づくりを通じて、仕事の一連の流れや集団作業におけるコミュニケーション、報告・連絡・相談等の実践的なスキルを学んでいく。							
行動活性化		活動（行動）と気分の関係についてモニタリングを行いながら行動の活性・不活性が気分の上昇下降に与える影響について学び、体感する。							
心理教育		疾患そのものやその為に生じる生活のしづらさ職場のメンタルヘルス等について、どう捉え、対処するか、皆で一緒に考え、取り組む。							
職場の対人コミュニケーションスキル講座		対人コミュニケーションスキルの向上やメンタルヘルスについて、座学だけでなく実際にワークやロールプレイを通じて身に付けていく。月1～2回は社労士による労働関連法等の講座実施。							
キャリアデザイン		仕事やプライベートなど、自分の将来のライフキャリアを豊かにするために役立つ知識やノウハウを習得し、今後の行動に向けたモチベーションを高めていく。							
ゆるやか就労支援プログラム		お仕事経験が無かったり少ない方、ひきこもりがちな方を対象。 月曜日午前は仕事やキャリアについて、一緒に考えたり話し合ったりしてモチベーションを高めていく。 木曜日午前はプログラム内容を参加者の皆さんと一緒に決めていく。 (今まで行ったプログラム参考例：カードゲーム・絵本作り・電話応対講座・パワーポイントでマニュアル作成・卓球等)							