

えさか通信

2021年10月
48号

発行

自立訓練(生活訓練)事業所
江坂起業家支援センター

愛称 自立センターえさか

電話 06-61990-5413

FAX 06-61990-5412

「えさか」をもう一つの拠り所に

自立センターえさか(通称「えさか」)には訓練室が二つあります。

一つは集合プログラムが開かれ、利用者同士が気軽に会話できる部屋、もう一つは対人恐怖がある利用者さんが安心して通所できる部屋です。後者の部屋は、

全ての机が壁向きに設置されており、利用者さん同士で会話することは禁止されていますので、他の利用者さんを気にすることなく、安心して通所してもらえます。私自身が利用者だった頃、休み時間に話しかけられることや、視界に

入る情報量が多いことが嫌で、疲れてしまうことが多々ありました。

当事業所は通常の訓練メニューだけでなく、そういった人も安心して来られる場所を目指しています。

なぜ「就職」を謳うか

就労移行支援ではなく、生活訓練を実施している当事業所ですが、あえて「就職に強い」と謳っています。それはなぜか。「おいは働けるようになりたい」と

いう想いのある人に「えさか」の存在を知ってほしいからです。

当事業所では、発達障がいや精神障がいなどで苦しんでいて、今はなかなか思うように動けず、周囲の人たちに「就労移行はまだ難しい」「就職なんてまだ無理」と言われ、諦めかけている人の「おいは働けるようになりたい」想いを大切にして、訓練を行っています。

支援員の経験をもとに

就職に強い「えさか」ですが、社会復帰するための特別な魔法や秘訣を教えているわけではありません。

「えさか」の強みは支援員の経験です。私たち支援員自身が、過去に困りごとを抱え、それを乗り越えてきた経験があるからこそ、伝えられることがあります。他人事でも机上の空論でもない実体験を伝えるからこそ、利用者さんに響く支援ができると考えています。家と病院だけが社会の繋がりになっている人にとって「えさか」がもう一つの拠り所になってほしい。それが私たちの想いです。

手段でなく「想い」に耳を傾ける

相談業務を行っている時、日によって違うことを言う人が少なくありません。同じ人なのに「早く働けるようになりたい」と言う日もあれば「もう一生引きこもって何もしたくない」と言う日もあり、相談を受ける側としては混乱します。しかし本人は、どちらもその時に思ったことを素直に発しているだけなのです。どちらも本心であり、どちらの言葉も心の底にある同じ想いを話しています。

「働く」も「引きこもる」も手段の一つであって想いではありません。その手段を通じて「どんな自分になりたいのか?」という問いかけをすると、実は両方とも「より良い自分になりたい」という明るい未来を見ていたりするのです。

当事業所内の支援者研修では「人間であることを信じる」という言葉を学びます。これは「目の前の相手がどんな状態であつても『より良くなるためにここに来て』ことを忘れてはいけない」ことを表しています。当事業所は手段ではなく、その人の「想い」に耳を傾け、「想い」を叶えるための支援をしていきたいと考えています。

「えさか」は発達障がいの方の生きづらさ改善に向けて取り組んでいます。今回はその取り組みの元となる「思考力」について、ご紹介させていただきます。

思考は大きく三つの成分で成り立っています。

一つ目が受信
二つ目が考察(プロセス)、三つ目が表出(アウトプット)です。

発達障がいの方は、特に考察と表出の発達遅れにより、困っている方が多いように感じます。

例えば、上司が怒っていること

は分かる(受信)が、どう対処したら良いかわからず(考察)、誤魔化して逃げてしまう(表出)といった感じですが、考察が苦手なこと、表出で致命的な選択をしてしまう方が多くいらっしゃいます。特に感情的な判断をしたり、考えず反射的な行動をするケースが目立ちます。「えさか」では、まず論理的思考を学んで考察の精度を上げ、感情的・反射的判断を減らしていくことで、表出面を育てていく訓練を取り入れています。

週1回から可! 毎日通わなくてOK

元医療従事者が常駐しているので、安心!
1日1時間から通所可能

個別ワークスペース完備!
集合プログラムは参加しなくてOK



女性カウンセラー常駐

面談だけの利用OK



A型・就労移行の2倍以上の支援員配置

えさか直送便

2021/10

10月からの訓練内容について

10月から、これまでのアンケートなどを元に、支援員で話し合い、プログラムの全面リニューアルを行います。今の私たちが提供できることは何か、既存のものに囚われずゼロから考え、構想を練りました。

集合プログラムでは利用者さんが集まるからこそ得られる学びを獲得してほしいと思っています。「**対人交流を通じて自分自身を見つめ直すことで、社会適応軸を成長させてほしい**」という想いのもと「参加して良かった!」と喜んでもらえるようなプログラムを作り上げていきたいです。

月・金の計画・振返は継続!
PDCA サイクルを実践!

10月の集合プログラム

月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
4	実践を中心としたプログラムに! 今までの学習型のプログラムから 実践をベース にしたPGにリニューアル! 社会復帰に直結する対人スキルを鍛えるための トレーニングを集めました。		7			10
			ゲーム			
11	ディベート		14		16	17
18	19	20	21	22	23	24
	SST		自己PR			
			28	29	30	31
	福祉・教育・医療・就活・ビジネスなど さまざまな分野からPGを厳選!		共同制作			

えさかは管理者や支援者が、twitterを活発に利用しており、利用者さんやセミナー参加者さんと、twitter上での繋がりが深いです。支援者宮崎自身も以前「発達障がい」について、リアルでは共有できない悩みやストレスを、twitterの世界で発信することで、心を保っていた面がありました。毎日更新しているので、気軽に遊びに来てください♪



画像を作って
発信しています!

見学・相談

毎月第2水曜日 10:00-12:00

【毎月開催】事業所見学会

10/13(※) 11/10(※) 12/8(※)

詳しく&お申込は、
Webサイトの
「見学」ページを
ご確認ください



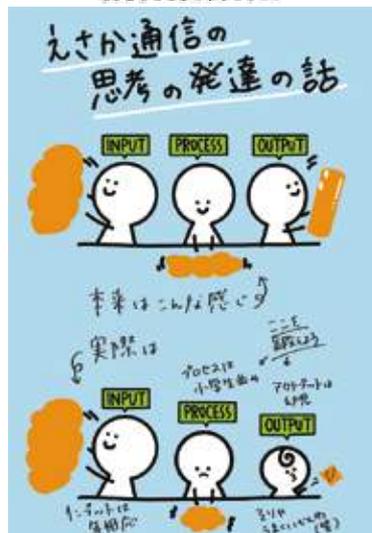
個別見学会も随時開催します!

自立訓練ご利用の
ご質問や相談は、
お問合せフォーム
またはお電話にて



(06-6190-5413 担当:宮崎)

支援コラム



利用者募集中



うつになって
仕事を辞めてしまった



社会人になって
つまづくことが増えた



大人になって
発達障がいの
診断を受けた

こんなことでお悩みの方は
自立訓練を利用して
一緒に人生立て直しませんか?