

課外活動 寒河江で職場見学をしてきました！



3月下旬、課外活動にて寒河江市へ行ってきました。

まずはココカフェ（指定就労継続支援B型）で美味しく体に優しいお昼ご飯に舌鼓（したづつみ）。そこではむすび深町を卒業したSさんが働いています。笑顔で頑張る姿を目にし、称賛と励ましの声が続々とあがりました。

その後は(株)ソーシャルトライにて就労B型を中心に見学させて頂き、卒業後のイメージを膨らませることができました。中には熱心に質問しメモを取る利用者様の姿も。

大変充実した時間を過ごせました。ご対応頂いた皆様ありがとうございました。

広報誌

2025年4月号

自立訓練（生活訓練）

宿泊型自立訓練 相談支援事業所

むすび深町



秋に植えた球根が芽吹き、春の花壇が楽しめるようになってきました。みんなを驚かそうと個別対応の利用者さんとこっそり植えたクロッカス、ひよっこり顔を出し、キレイな黄色い花を咲かせています。みなさんに教えると顔がほころびました。植物は癒しと元気を与えてくれますね。追肥を行い雑草を取り、花がら摘みを行いました。これからも次々と花を咲かせてくれますようにと願いをこめて。

高卒生 6日間開催

むすび深町 見学会のご案内



ひとりでの生活を考えているけど、何かからすればいいの？

働きたいとは思っているけど、体調も悪くてどうすればいいのかわからない…。

自立訓練って、どんなことを訓練しているの？ などなど

福祉サービスを使ったことがない方でも気軽に「ご相談」ができるように、ご家族や、知人の方のみでもご参加いただける見学会を開催します。

●開催日 4月29日（火・祝）／30日（水）／
5月1日（木）／2日（金）／5日（月・祝）／6日（火・祝）

●時間 13時00分～16時00分 ⇒**ご都合の良い時間でご予約ください。**

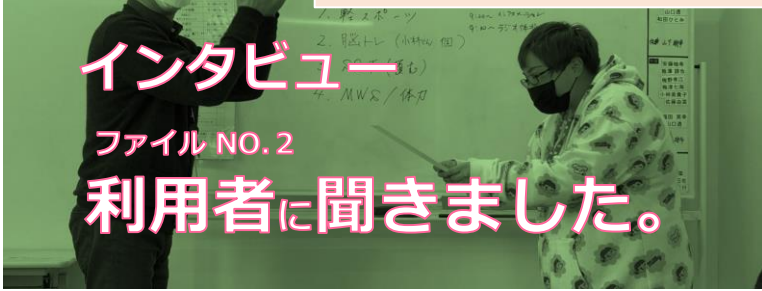
●場所 自立訓練（生活訓練）/宿泊型自立訓練 むすび深町
〒990-2462 山形市深町1丁目4-13

●連絡先 TEL: 023-666-4471
FAX: 023-666-4472
E-mail: musubi-f@klala-net.jp
担当：加藤・服部・金田
特定非営利活動法人 あじさい

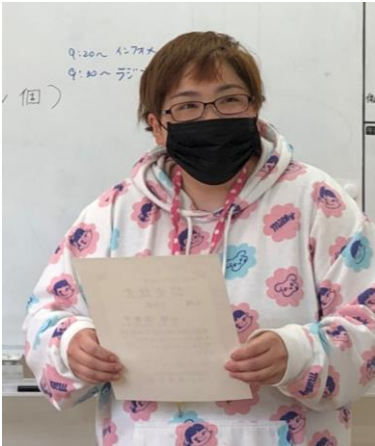
むすび深町の
HPこちら↓



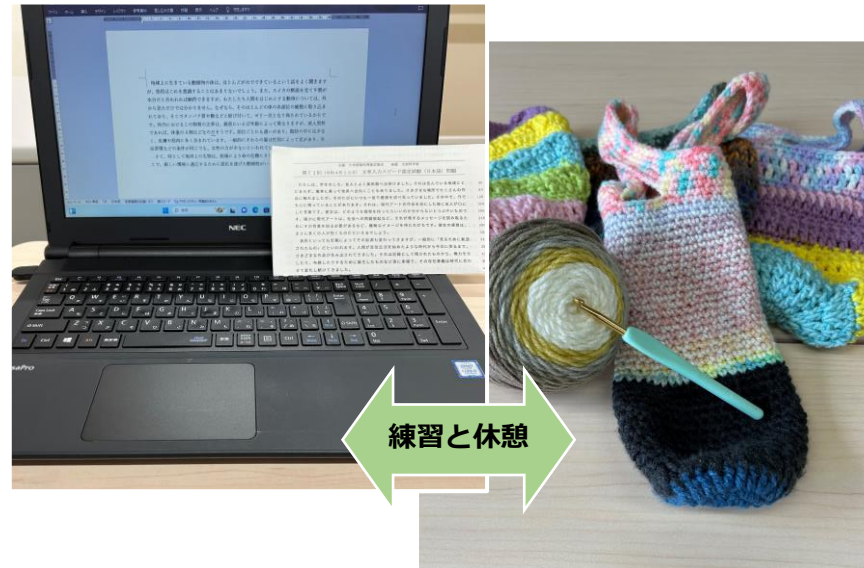
通所のカリキュラムを受けながら、個人の希望でPC検定試験を受験したM・Kさんの頑張り取材しました。ぜひご一読ください。



インタビュー ファイル NO.2 利用者に聞きました。



受験者 M・Kさん
30代・女性
むすび深町の利用状況
宿泊型訓練を受けながら、日中もこちらの自立訓練に通っています。
受験科目
日本情報処理検定協会
文書入力スピード検定試験
(日本語)
受験経験
2回目(1回目は高校時代)



Q3:練習時間はどのように確保しましたか？

●通所カリキュラム(活動、作業体験)の時間を使った自主練習、個別支援

●カリキュラム終了後の毎日の自主練習
開始時間は決まっていないが、**終了時間は17:30と決めて**疲れすぎないように工夫しました。

Q4:練習の「個別支援」の時間は、どうやって決めました？

●通所カリキュラムの中で確保してもらえる時間はないか支援員に相談をしました。

●土曜日、日曜日は、ほぼ職員に個別で対応してもらうことができるため、時間を調整してもらいました。**周りの音が気にならず、集中して練習**することができました。

Q5:練習の時に工夫したことはありますか？

●時間を測って、自分が時間内に打ち込みできる数がだいたいわかってきました。過去問題は、だいたいの文字数のところで**紙を折りたたみ、見やすく**できるように工夫しました。

●個別支援で、「ミスをなくす」よりは「文字数を多く打つ」ことを習慣にしてはどうかアドバイスをもらいました。練習の時も「**間違っても気にしない**」ことに注意していました。

●夕方の練習の時には、他の方の姿や物音で、イライラしてしまったり、集中することが難しかったです。集中することが出来るように、**人の姿があまり見えないところ**(廊下から一番遠い席)に座るように工夫しました。

さらに
質問です。

検定試験の本番はいかがでしたか？

●本番前日の過ごし方

緊張で手が震えていました。練習もいつも通りにしましたが、思うようにできず、落ち込みました。気持ちに余裕もなく、「落ち着いて」と職員さんからたくさん言われました。**緊張をほぐすために、部屋で編み物**をして、夜はゆっくりと寝ることができました。

●いよいよ本番当日

人生であれほどカチコチになることはないくらいに緊張しました。鏡に映った顔は固まっていた。会場も初めての場所で、1人になることが不安でした。職員さんにずっと一緒にいてもらいました。気分転換の編み物も手につきませんでした。検定が始まってからは、「やるしかないな」と割り切った気持ちで臨みました。また、練習の時に、壁に近い左端の席だと周りの音が気にならないことが分かったので、本番でも同じような席に座って受験しました。いつもと同じような環境で受験することができました。そして事前に試験問題の漢字にふりがなをふってもらっていたのも安心につながりました。

実施後の
感想は？

結果を受けて…ご本人よりコメントください。

見事2級突破！！ 自分で思っていたよりも出来ていてびっくりしました。と同時に自信になりました。今度はワープロ検定を受験したいと思っています。そして、さらにスキルアップし、就労の選択肢を増やしていきたいです。

管理者の加藤と
記念写真



支援員より
お祝いの言葉

本当によくがんばりました。練習を生かした受験で、結果も残すことができたと思います。結果ももちろんですが、練習の中で見たことが多く、それだけで自己理解が深まっていたと思います。**あっぱれ！！**

質問です。

この度の挑戦に際して…

Q1:受験をしたと思ったのなぜですか？

●理由その1.あこがれ

以前のPC入力検定で、他の利用者の方が一生懸命練習をしていました。目標に向かってその姿が、とても素敵だと思いました。**自分もそんな風になりたい!**と思って受験をしました。

●理由その2.就労へ向けたスキルアップ

事務の仕事には興味はありませんでした。ですが、パソコン検定を受けることをきっかけに、スキルアップをしたいと思いました。スキルアップをして、**就労の選択肢**として事務職も増やしていきたいと思って受験をしました。

Q2:受験のためにどのようなことをしましたか？

●文書入力過去問題 ⇒時間を計測する

●タイピング練習 ⇒指慣らし、気分転換

●編み物 ⇒**気分転換**のために休憩

●職員と一緒に文書入力過去問題

⇒他の人の打ち込みの音に**慣れる練習**