

自分の軸をみつけよう (自己分析)	「メモの魔力」前田裕二/著 の自己分析 1000 問の中から取り組めそうなものをピックアップ	120分	「少しハイレベル」な自由課題、 として提示する事で、捉え方や 取り組みに差が出る
筋トレ	自宅出来る筋トレ	15分	運動プログラムが出来ない為の 代替になる
クロスワード ペン字	脳トレなどを兼ねて	60分	息抜きにもなるとの声がある
書籍貸し出し	利用者用に事業所に置いている書籍(障害 や就労に関するもの)を紹介し、リクエスト があれば郵送している。		図書館や本屋も休業している。 数名からリクエストあり。

2) フォローアップの方法

①訓練課題

- ・自ら、午前と午後に取り組む課題を決め、朝の電話確認時に宣言してもらう。午後の連絡時に報告や相談を受ける。また、実施した課題を記録し、週ごとに提出してもらう。
- ・必須課題と自由課題に分け、自由課題の中には自己研鑽や手伝いなども提案している。

②就職活動支援

- ・就労に関するワークを多く取り入れるようにしている。
- ・企業の採用活動は鈍化していると感じるが、中には雇用計画どおりに進めようとしている会社や、Web面接等で初期の選考を進めているところなどもある。就活ステージにいる利用者の想いを聞きつつ、動きを止めぬよう、関係機関等と連携して進めている。

③生活支援

- ・検温、就寝、起床等基本的な内容はシート記入とは別に連絡時に確認。

④その他

5. その他

- ・現在、完全自粛者は4割。感染や自粛の長期化に対して過剰に不安になる利用者は見られない。逆に、家から一歩も出ない生活に違和感の無い方について、これまで培ってきたリズムを取り戻すのに時間を要すると思われる。段階的なアプローチを検討中。
- ・特性上、電話に過剰適応してしまってそれがストレスになる為、連絡を控えてほしいという利用者もあり、特性に応じてメールやテレビ電話等の使い分けを検討。

※参考になる資料等で掲載可能なものがあれば、添付いただければと思います。よろしくお願いいたします。

記入者： 山内 佳美