自分を変える まわりが変わる 未来も変わる

knocks ノックス

Vol.13
2023 Spring

特集1 家族面談会

特集2 体験実習先の一部をご紹介します

特集3 イベント覗き見隊！
（豊田マラソン大会）



プログラム
ピックアップ
『モノづくり』

プログラムピックアップ⑪

モノづくり

モノづくりのプログラムでは、様々なことを体験してもらっています。今回はノックス葵でも初めての試みで陶芸を体験してもらいました。一見するとモノづくりは就労には関係ないように思えるかもしれませんが、道具の使い方や力加減など普段のプログラムでは見つけにくい特性をモノづくりを通して知ることができます。今回はその様子をお届けします。



粘土を伸ばして均等にします



個性的な作品たち

スタッフの知り合いに陶芸家の方がいたので、「今度のモノづくりプログラムは陶芸にしよう」と決まった時点で、まずはスタッフが事前に体験に行ってきました。〝陶芸〟と聞くと、ろくろを回して作るものを思い浮かべがちですが、スタッフや利用者さんの多くは陶芸は未経験でしたので、初心者でも無理なくできるようなものをリクエストしました。

最初に粘土の塊を叩いて広げてお皿の形にしていきます。思ったより力の必要な作業です。均等に伸ばすためには力の入れ具合も難しい。ある程度広げたらめん棒で伸ばし、次はお皿の縁に角度を付けていく作業。細長く伸ばした紐状の粘土を縁に沿わせながら1周させます。そのまま裏返すと紐状の粘土の高さの分だけ縁が反り上がり、お皿に角度がつきます。

次に色づけや模様つけ。これがなかなか迷います。私は絵心がないので行き当たりばったりの絵柄になってしまいましたが、利用者さんはスラスラと色づけをされていました。そのまま発色する色とそうでない色があるので注意が必要です。ご自分の好きな物(お酒)を描いたお皿、持ち前の想像力を発揮してウサギの形をした小皿、シンプルイズベストを貫いたシュールなお皿、ご自宅で使うペアのお皿を作られた人、お皿をキャンバスと見立てて絵を描いた人、余った粘土で箸置きやペーパーウェイトを作った人も。

我々スタッフはいつも利用者さんの想像力に驚かされますが、今回も個性が存分に出ていました。ノックスでの思い出の一つとなってくれるといいなと思っています。焼き上がりのタイミングが合わず、完成品をこの広報誌でお見せすることができなくてとても残念ですが、ブログなどでご紹介していこうと思います。

特集 1

家族面談会

ノックスでは年に2回「家族面談会」を実施しています。家族面談会では、スタッフ、ご家族、時には利用者さん本人も交えてざっくばらんに話をします。笑いあり、涙ありの家族面談会ですが、どのような目的で、どんな話をしているのかをご紹介します。



何でもない雑談が支援のヒントになることも少なくありません

利用者さんは、皆さん「就職をする」という目的で日々の活動に取り組んでいます。しかし、利用者さんの背景はそれぞれです。年齢も経歴も違うので、就職活動のペースが違います。また、長期就労のためには生活リズムの安定や自己理解が必要なので、それらに合わせて就職活動を進めていきますが、中にはご家族から「就活はどうなっているの？」と聞かれ、気持ちが焦って体調を崩してしまう利用者さんがいます。その一方、ご家族はご家族で「ノックスでどんなことをしているんだろう？」「就活をしているように見えないけど、本当に大丈夫かしら？」という心配があります。その不安が募ると、さらに利用者さんにプレッシャーをかけてしまう状況になりかねません。

長期就労のためには、周りのサポートが不可欠です。そこで、一番近くにいるご家族に心強いサポーターとなっていただくため、利用者さん、ノックス、ご家族と足並みを揃えることを目的に定期的な家族面談会を実施しています。

家族面談会では、スタッフからプログラムの説明、ノックスで取り組んでいること、就職活動の進捗状況などをお話ししつつ、利用者さんのご家庭での様子などを伺います。また、ご家族が就職活動に対して不安や疑問に思っていることなどを伺いながら、各々のすべきことや方針を確認します。

例えば、利用者さんからは「家族から早く就職してほしいと言われている」と聞いていたので実際にご家族に伺ってみると「早くといっても、今すぐにとは思っていない。1年ぐらいかけて自分に合う仕事を見つけてほしい」という気持ちが確認できて利用者さんの安心に繋がるケースがあります。また、ご家族から「家では自分の話をほとんどしないが、ノックスではコミュニケーションが取れているのか」という心配の声を聞きますが、ノックスではスタッフにとどまらず、他の利用者さんともよくコミュニケーションが取れて笑顔が多いことを伝えると安堵から涙をされるご家族もいらっしゃいます。

今後も定期的に家族面談会を開催し、利用者さんとそのご家族の安心に繋げていきたいと考えています。





面談の前後で事業所内をご見学いただくこともできます

【参加した利用者さんの声】

- なかなか家族に言えない本音を言ういい機会になった。
- 家族を含めた面談は緊張したけど、色々話せたので最後は楽しく感じた。
- ノックスのスタッフと家族に、今後について自分の気持ちを伝えられてよかった。

特集 2

体験実習先の一部をご紹介します

外部就労シミュレーショントレーニング（以下「外部就トレ」）とは、事業所外で実施する短時間の職場実習です。様々な企業や団体のご協力のもと展開しており、就職が前提の実習ではないので就職活動の準備段階にいる利用者さんも参加できます。プログラムで学んだ『報告・連絡・相談』のスキルを実践する場として外部就トレがありますが、利用者さんは外部就トレでどんなことに気づき、学びに繋げているのでしょうか。

外部就トレの作業は1～2時間程度で、ノックスのスタッフが同行して作業中の様子を見守ります。しかし、作業中にスタッフが介入することはほとんどなく、基本的には企業の方と利用者さんが直接話をしながら進めていきます。作業内容は様々です。今回はいくつかある受け入れ先のうちの三つをご紹介します。

一つ目は、ささしまサポートセンター（以下「ささしま」）さん。事務所の清掃を担当しています。ささしまさんは様々な方の生活をサポートしている団体なので、事務所には多くの支援物資が届きます。それに伴いたくさんの空き段ボールが溜まりますので、段ボールを資源ごみに出しやすくまとめることが仕事の一つです。段ボールの形は様々なため、それをうまくまとめて縛るにはコツが必要です。そのコツを指示者に聞けるかどうかがポイントです。


簡単そうに見える作業も、実際に体験してみるとなかなか難しいものです

二つ目は、ボラみみより情報局（以下「ボラみみ」）さんです。ボラみみさんが定期的に発行している情報誌を発送するお手伝いをしています。名簿の順番通りに宛名シールを貼る、指定の冊数を封筒に入れて封をするといった作業です。宛先に間違いがあってはいけないので丁寧な作業をするのは当然ですが、郵送する件数が数百件に及ぶのでスピードも必要です。チーム内での役割分担、工夫、休憩の取り方を考えて作業する練習になります。

三つ目は、スターシャル教育研究所（以下「スターシャル」）さん。スターシャルさんではＥｘｃｅｌにデータ入力をする作業をしています。事務職を希望する利用者さんにとっては「オフィスで働く」という経験ができるとてもいい機会です。

Ｅｘｃｅｌの入力作業では、例えば間違ったセルに入力し続けてしまっても、指示者はすぐには気づけません。最後までデータを入力し終わって指示者に「できました！」と報告した時に初めて、入力したセルが間違っていたことがわかる可能性もあります。もしそうなってしまったら一からやり直しで、大幅に時間をロスしてしまいます。それを防ぐためには、指示者から「このセル入力してください」と指示をもらう時にその場で質問・確認をすることが必要です。また、作業開始後もわからないことがあればその都度確認をしなくてはいけません。質問がしたいと思った時に指示者が席を外しているかもしれないし、打ち合わせをしているかもしれません。指示者にどのタイミングでどうやって声をかけたらいいかはプログラムで学ぶことですが、果たしてそれが実践できるかどうか。練習の成果を発



丁寧に早く作業するためには、作業机の上の整理整頓も大切ですね

揮するところです。

企業ごとに環境も仕事も違いますが、どのような仕事でも「指示を正確に認識すること」「指示通りに作業を進めること」は基本です。わからないことは質問し、困ったら相談をしながら進めていくことが実践できると、仕事がスムーズに進められるようになります。

参加者は就労経験がある人もいれば未経験の人もいますので、外部就トレに参加する目標は人それぞれ違います。事前にスタッフと打ち合わせをしてそれぞれの目標を定めてから外部就トレに参加します。参加後は振り返り面談をし、目標を意識して参加ができたか、どんなことに気づいたかを丁寧にヒアリングします。外部就トレでの気づきは今後の就職活動において大きな意味を持ちます。気づいたことを一緒に振り返り、次のステップに繋げていきます。今後も企業さんの協力を得ながら、色んなことにチャレンジができる機会を提供していきたいです。



PCスキルの確認だけでなく「オフィスで働く」イメージをつかむこともできます

参加者の声

- 突発的な出来事に弱いけど、単純作業をこなすことが得意なことがわかりました。
- 指示者にわからないことを「質問」することができました。指示内容の「確認」ができるとより認識の間違いが減るかなと思いました。
- 周囲の会話、エアコンの音、風が吹いた時にカタカタなるブラインドの音など、事務所内は色んな音がすることを知りました。聴覚過敏があるので、事務所で働く場合には音の対策が必要かもしれません。

実習先担当者から一言

NPO法人 ささしまサポートセンター



いつも掃除をしていただいて、とても助かっています。経験値を増やす場として利用し、ご自身の新たな発見をして成長の糧にしていただけたら、と考えています。多様な社会との繋がりの場所となれたら嬉しいです。

特定非営利活動法人 ボラみみより情報局



毎回真面目に取り組んでくれてとても助かっています。わからないところは質問してくれるので安心して任せられます。

株式会社 スターシャル教育研究所



実習に来ていただくことで、これまで社員が取り組んでいたものを外注できるため、業務負担の軽減に繋がっています。その代わり少しでも今後に活かせる何かを持ち帰ってもらえるように心がけています。

豊田マラソン大会に参加しました

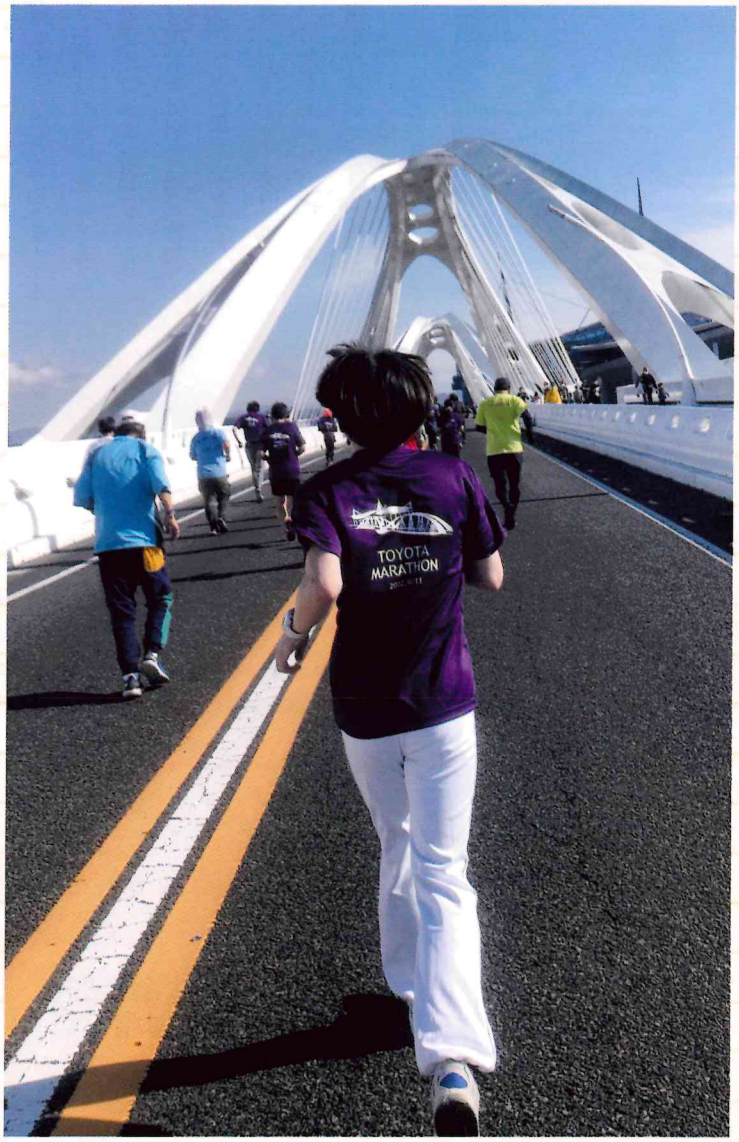
ノックスでは定期的にスポーツプログラムを実施しています。
今回はプログラムの一環として
「豊田マラソン大会」に参加しました。
この大会には10km、4km、2kmの
3コースがあります。
ノックスから、利用者さんとスタッフで
合計6名が参加しました。

特集 3

イベント
覗き見隊！



VITS豊田の施設長も何とかゴール！



大会が進むほどに天気がよくなり真っ青な空が広がりました

当日は、前日までの寒さが嘘のように暖かい日となりました。まずは2kmコース、少し時間をおいて4kmコースがスタートです。普段平坦な場所を週1回ペースで走っているスタッフ2名でしたが、今回のコースは坂が多くて、思ったより苦戦。何とか完走しました。最後は10kmコース。最速の利用者さんは目標としていた1km5分ペースで完走。素晴らしい走りでした。もう1人の利用者さんも目標ペースをしっかりキープし、スタッフ1名と同時に笑顔のゴールでした。そして最後はノックスVITS豊田施設長。制限時間ギリギリではありましたが完走！　全員がケガなく無事に完走できました。

沿道では地元の方々が大勢応援してくださり、ゴール前ではノックスのみんなが手を振って迎えてくれました。「もう無理」と思っても声援を聞くと頑張れる、そんな体験ができた大会。応援に駆けつけた利用者さんも出場した利用者さんも、みんな清々しく楽しそうな姿が印象的でした。誰かと力を合わせて頑張ったり、応援したり、応援されたり、という経験は1人ではできません。今後も利用者さんたちの思い出に残るイベントを企画していきたいと思います。



フェイスブックのトップページです

お知らせ

ノックスの活動は
こちらから
確認いただけます!

ノックスでは様々なツールを使って情報発信をしています。

◆Facebook

ノックス葵開所時から投稿を続けているコンテンツです。さかのぼってみるとスタッフの昔の写真を見ることも……！ 主に、プログラム風景や内容をアップしています。その他にもスタッフ雑記や支援内容についてのコラム記事などもありますので、ノックスの活動風景や支援内容について気になる方は是非チェック&フォローをお願いします。

⬇『ノックス葵／ノックスVITS豊田』で検索！！

◆ノックスウェブサイト

「ノックスを利用するにはどうしたらいいの？」「どんなプログラムをしていて、何が学べるの？」といった疑問にお答えしています。また、スタッフからのメッセージや事業所の風景やアクセス方法などを掲載しています。「ノックスってどんなところなの？」と思った方、是非ご覧ください。

⬇『https://knocks-u.jp/』にアクセス！！

Facebook、ノックスウェブサイトは随時更新をしています。是非覗いてみてくださいね。

そして、6月よりインスタグラムへの投稿を開始しました。プログラム風景やイベントのご案内をアップしていますので、気になった方はチェック&フォローをよろしくお願いします。投稿している画像の表紙や背景は、ノックス葵の利用者さんにご協力をいただき「デザインソフト入門プログラム」の時間にIllustratorにて作成していただいたものです。動物のイラストが印象的な可愛いものに仕上がりました。是非、ご注目ください！

KNOCKS.AOI_KNOCKS.VITSTOYOTA

インスタグラムは
こちらから！

向日葵⑩

ポケモンGOというスマホゲームがリリースされて以来(2016年)、
私のウォーキングをする時間は飛躍的に増えました。歩いていたらカビゴンやラッキーがいるかもしれない楽しみは、運動をするためのよいモチベーションです。
ウォーキングのよいところは、まず、体力をつけることができます。体力の衰えを感じているので、
身体を動かすことは必要かなと思っています。また、ウォーキングを一定の時間以上行うと有酸素運動になります。有酸素運動のメリットの一つに、セロトニンの分泌を促す効果があり、
これには心を安定させる効果があるそうです。
最近ではゲーム内で"おさんぽおこう"というアイテムが登場し、毎日15分間はレアポケモンと出会えるチャンスが与えられます。
歩くことでガラルサンダーが獲得できるかもしれないと思うと毎日15分は歩こうと思え、頑張るモチベーションはさらに上がります。
ポケモンのゲームをすることにより、人とも楽しく会話できるようになったこともよいことの一つなのかなと思います。
続けるのが難しいことでも、メリットが複数あると続くのかもしれませんね。

(スタッフ　伊藤)





就労移行支援事業所

knocks
ノックス

無料相談
随時受け付けます

働きたいけれど何から始めたらいいのかわからない
就職しても長続きしない
もうすぐ学校を卒業するのに何も決まっていない

…などでお悩みのご本人はもちろん
そのご家族からのご相談もお受けします

皆さまの「今」と「未来」を考えるきっかけと
なれば嬉しいです







ご連絡先

受付時間　10:00～17:00

ノックス葵
〒461-0004
名古屋市東区葵3丁目12番7号 AMS葵3ビル2F
052-930-5216

ノックスVITS豊田
〒471-0025
豊田市西町5丁目5 VITS豊田タウン2F
0565-31-5216

