自分を変える まわりが変わる 未来も変わる

knocks ノックス葵

Vol.8
2021 Summer

プログラム
ピックアップ
『PCA法』



特集1
スタッフインタビュー
～戻ってきて感じた「はたらく」～

特集2
相談支援事業所ってどんなところ？

特集3
イベント覗き見隊！

プログラムピックアップ⑦

PCA 法

PCA法は、新しい事例検討法として行われている「PCAGIP（ピカジップ）」を参考に作られています。
P:パーソン、C:センタード、A:アプローチの理論に基づき、“問題解決する力はその人自身の中にある”
（臨床心理学者カール・ロジャーズのカウンセリング理論）を中心にしたグループワークで行うプログラムです。



まず最初に事例提供者が「困りごと」や「悩みごと」を参加者の方々と共有します。それを受けて、参加者が事例提供者に質問を投げかけていきます。質問されることで、事例提供者が自ら考え、湧き上がってくる感情に気づくことが、解決に近づいていく第一歩となります。

一通り質疑応答が終わると、参加者はその内容をもとに自分なりの「提案」「アドバイス」「共感」などを事例提供者に提示します。

「そーか、そういう考え方があるんだ！」「えー？そのままの私でもいいの？」など、事例提供者が感じるのははもちろんのことですが、副産物として参加者自身の心も動くことがあり、「そうそう、私も同じ！」「○○さんのアドバイス、私もやってみよう！」などといった心の声が聞こえてきそうな瞬間がたくさんあります。

また、このプログラムは「批判しない」というルールが前提となっているため、どんな意見でも参加者全員が受容してくれます。そんな温かい雰囲気の中でのグループワークを通じて、解決に向かうプロセスを全員で共有・共感し、最終的に事例提供者がセッション前よりも少しでも元気になる事を目標にしています。このプログラムの魅力は主役が事例提供者であることです。これまで事例を提供してくれた方々からは「最初は緊張したけれど参加して視野が広くなった」「勇気を出して事例提供者になってよかった」といった言葉が聞かれます。

この『ちょっと不思議な空間』をたくさんの方に体験していただきたいなぁと思います。

特集1

スタッフインタビュー

石藤編



「社会に出る」には、想像以上にパワーが必要でした

戻ってきて感じた「はたらく」

―育休に入る前と復帰した今と何か変化はありますか？

1年2カ月休みましたが特に後半は不安でした。社会から離れているし、時間に合わせて行動するという生活ではなかったので、本当に復帰できるのかなって。そんな時、働く時間に合わせて少しずつ通所の時間を早めている利用者さんがいたことを思い出しました。そこで私も復帰する1カ月前から出勤再開をシミュレーションして少しずつ起床時間を早くしたり、特に予定はないけれど出勤時間に合わせて家を出る練習をしていました。長く社会から離れていた利用者さんの「社会復帰が不安」という気持ちが以前よりもちゃんと理解できるようになった気がします。育休中は人との関わりが少なく、誰からも評価されないことで本当に自信がなくなっていましたからね。

―今後の支援で活かせそうですね。

そうですね。想像ではなく、実体験を通して寄り添うことができそうです。

―仕事で新たに挑戦したいことは？

新しいことを覚えるのが好きなので今までやったことないことに挑戦したいです。例えば、パソコンは得意ではないけれど教えてもらうことは好きなので、そういったスキルも身に付けていきたいです。

―働き方が変わったことで、働くことに対する考え方は変わりましたか？

コロナのこともあり、今後は自分の生活スタイルに合わせて働き方を変えていく世の中になっていくのだろうなと感じています。働き方の一つとしてダブルワークがありますが、今は家での家事や育児も大事な仕事だと思っているので、ダブルワークをしている感覚があります。ダブルワークのほうが両方効率よくやろうとするので結果的にうまく回っているし、家で大変なことがあったその日に仕事でいいことがあったりして心のバランスが保てているので、自分はダブルワークが向いているという気づきがありました。今後家事や育児の時間が減ってきたら、その時はまた柔軟に自分に合った働き方を考えていきたいです。

Profile

石藤（いしふじ）

通所開始～環境に慣れるまでの利用者さんへのきめ細やかなサポートが持ち味。産休・育休から戻ると間もなく、本来の「ブルドーザー級」実行力を発揮しています。スタッフ全員が爆笑するようなボケ力も魅力の一つ。

特集2



相談支援事業所ってどんなところ？



ノックス葵はたくさんの福祉機関に支えられています。 その中の一つとして、相談支援事業所があります。
相談支援事業所は、障害のある方が日常生活や社会生活に困っている時に相談ができる場所で、
例えばノックス葵のような就労移行支援事業所（福祉サービス）に通い始める前には「利用計画」を作成してくれます。
今回は相談支援事業所もみじの代表鈴木さんにお話を聞きました。



――相談支援事業所はどのようなところですか？

福祉サービスを使いたいという方の相談を受けて「利用計画」を一緒に作る仕事が多いですが、いろんなお困りごとを聞いて社会復帰のお手伝いをするというイメージでいいと思います。障害者手帳がなくても、主治医の診断書があれば利用が可能なので、いろんな方から相談を受けています。

――相談内容としてはどんなことが多いですか？

私たちの事業所では精神保健福祉手帳を持っている方からの相談が多いので、社会復帰をしたいという相談が半分、家でこのまま安定して生活したいという相談が半分というところでしょうか。

――普段関わっている機関として、就労移行支援事業所以外はどのようなところが多いですか？

基幹相談支援センターや地域包括支援センター、あとは役所ですね。障害があるご本人の親御さんが高齢者というケースが多いので、ご本人と一緒に親御さんも支援もすることが多いからです。

――相談支援に関わるようになった経緯を教えてください。

介護保険制度が始まった時から福祉の事業所に携わっています。最初はヘルパーの事業所をメインでやっていたのですが、その利用者さんから「相談支援もやってほしい」という声が多くなったので、2014年2月に相談支援事業所も立ち上げました。

――鈴木さんにとってやりがいを感じる時はどんな時ですか？

相談を受けていた利用者さんが社会復帰をして自分の手を離れた時が一番やりがいを感じます。支援が終了した後、しばらく経ってから「こんな資格取って、就職して元気にやっているよ」とか「グループホームで安定して生活しているから面会にきてね」という連絡をもらえるとすごくうれしいですね。

――障害者をとりまく環境がこんな風になったらいいな、と思うことはありますか？

障害があってもなくても、怒ることは怒る、ダメなことはダメ、喜ぶときは一緒に喜ぶということは大事だと思います。障害者の方に対して「怒らせちゃったらどうしよう……」「口をきいてくれなかったらどうしよう」という変な気遣いで言うべきことを言わない支援者を見るとモヤモヤします。それは配慮ではなく、自分が面倒くさいから言わないだけではないかと。例えば、「車いすに乗っているから、掃除ができない」とヘルパーさんに掃除をお願いしたいという相談があったとします。支援者の中には「大変だから掃除できないよね」とか「掃除はヘルパーさんの仕事だからやってもらって当然でしょ」というスタンスの人がいるけれど、それは違うと思う。私だったら「車いすでもできる掃除はあるでしょ、キレイにできなくてもいい、でも自分でできる範囲のところはやりましょう」と言います。それで、できない部分をヘルパーさんに頼めばいいんです。変な遠慮で友達みたいに接するのは支援者として違うので、相談支援に関わる場合は特にですが、遠慮という垣根をなくしていく必要があると思っています。



利用者さんインタビュー

鈴木さんに担当していただいている利用者さんに「鈴木さんってどんな人？」と聞いてみました

Aさん ただ面白いだけでなく、ノックス葵のスタッフとは別の視点で就活についてアドバイスをくれるので視野が広がります

Iさん 冗談交じりの雑談のちょっとした一言に、障害との向き合い方のヒントが沢山含まれているんです！

Yさん 街中で知り合いに会っても自ら声をかけることはしない私ですが、鈴木さんにはなぜか自然と話しかけてしまいます

今回ご紹介したのは……

相談支援事業所 もみじ

愛知県名古屋市
緑区神の倉
四丁目228番地
052-877-9969



特集３

イベント覗き見隊！



C言語プログラミング部

ノックス葵では通常のプログラム後に、部活動の時間を設け1時間程度活動しています。
実施している内容は、利用者さんからの要望やスタッフのアイデアで変わります。
これまで手芸部やスロジョ部などいくつか部活がありましたが、2021年5月に新しい部活として、
C言語プログラミング部をスタートしました。

C言語を教えている大学や専門学校はたくさんあるので、ノックス葵にもC言語を勉強してきた利用者さんが一定数いらっしゃいますが、『よくわからなかった』と話す方が多いです。この原稿を書いている私も、実は学生時代の学びだけでは実践に対するイメージが曖昧なままだったことを覚えています。
なぜ理解できない方がいるかというと、次のようなことが挙げられます。

C言語あるある①

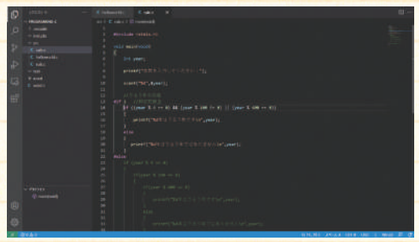
#include <stdio.h> はおまじない

C言語を学んだことがある人は、1行目にこれを書いておきなさいと指導されたはず……しかも「おまじない」と……

C言語あるある②

ポインタがわからない

C言語でもっとも苦労するのがこのポインタ。きちんと覚えて、使うことができる方はどれほどいるでしょうか……（私は理解できませんでした）
独学や学校での勉強だけでは、このような点があやふやなままになってしまい【C言語がよくわからない】となってしまう方が多いです。
ここを理解するための脳トレが必要です。
ノックス葵のC言語プログラミング部では、IT企業で新入社員研修を担当していたスタッフが独自のノウハウでC言語をお伝えしています。エクササイズや実験を通して、体感しながらC言語を学んでいくことができます。
まだ始めたばかりの部活動ですが、いつか部員みんなでソフトウェア開発に挑戦しようと思っています。





お知らせ

入社挨拶

今年４月、ノックス葵に入社しました緒方と申します。

新卒で住宅建材メーカーに就職し13年間勤務しました。バブルの残り香がある時代の中で広告や仕事の品質管理に携わり、なかなかできない経験をさせていただいたと思っています。その後、結婚・出産を経て、子育てをしながら働くうちに「働きづらさを感じている人の支援がしたい」と考えるようになり、何から始めたらいいのかわからないながらも、思い切って福祉職に転職する決断をしたのが35歳の時でした。
様々な下請け作業やバンの販売、日中の居場所などで経験を積み、就労移行支援という仕事にめぐりあいました。「働きたい」と願う方の、希望を聞き、伴走し、就職後も働き続ける支援をする。これが私のやりたかったことかもしれない！と、直感的に感じたのを覚えています。
私が就労支援で関わらせていただいたのは、主に精神の手帳を持つ方が対象でしたが、目の前の利用者さんから様々なことを学びました。一人ひとり希望も、必要な準備も全く異なります。丁寧に向き合うことで、どんどんご本人がいきいきと動き出す。そんな瞬間に立ち会うことができることが、私がこの仕事を好きな理由です。
このたび千葉県市川市より愛知県に転居してきたのですが、就労支援の仕事を続けたいと考え、ノックス葵にご縁をいただき本当にうれしく思っています。
プライベートでは、庭仕事や猫を飼うなど新しくやりたいことがたくさんあるので、そちらも楽しんでいけたらと思っています。
どうぞよろしくお願いいたします。

向日葵⑥

チーズケーキ、スコーン、ビスコッティ。コロナ禍でおうち時間が増えるにつれて、お菓子をよく作るようになりました。小さい頃からお菓子作りが好きでしたが、その頃は家にオーブンがなく、焼き菓子は私の憧れでした。その反動もあってか、大人になってオーブンを購入してからは焼き菓子を作っています。
思い返すと、オーブンがなかった頃は、冷蔵庫で冷やすデザートや湯銭して作るチョコをよく作っていました。オーブンを使わなくてもできるお菓子は限られますが、その中でもよく作っていたのが「べっこう飴」。砂糖と水だけで作ります。ただ火加減が絶妙に難しい！　やり過ぎると苦くて食べられないし、足りないと固まらない。ほんの数秒が勝負です（笑）が、素朴でシンプルな味の飴ができます。何度も失敗しましたが、今ではその失敗はプリンのカラメル作りに活かされています。
ご参考までに作り方を載せておきます。（スタッフ 前田）

【材 料】
上白糖…… 大さじ10杯（90g）
水…… 大さじ2杯（30cc）

【作り方】
1. 材料を鍋に入れて、弱火で火にかける。
2. 鍋の淵に色がついてきたら火を止め掻き回す（このタイミングが難しい）。全体が黄金色になったら手早くアルミカップに流し入れて、冷ます。



knocks ノックス葵

「見えない障害」とたたかっているあなたへ。「新しい扉」をノックしませんか？



ノックス葵ではコミュニケーションに重点を置いたプログラムや未体験の仕事に挑戦できる企業実習などの就労支援サービスを提供しています。「得意なこと」「不得意なこと」「やりたいこと」を整理し、自分にあった仕事で長く働けるようサポートします。



プログラム紹介

※事業所内のプログラムの一部です。

【特性理解】
自分の得意・不得意の理解

【模擬就労】
自己理解を踏まえ、自分に合った仕事のしかたを習得

【パソコン講座】
仕事に直結するPCスキルの向上

実績

発達障害などのコミュニケーション課題解決に特化したノウハウにより 一般企業への就職率は全国平均の約２倍！



ノックス葵の強み

定着支援
キャリアコンサルタント、ジョブコーチなどの有資格者が就職後も支援

スタッフ紹介

福祉・企業出身のスタッフが、それぞれの立場で幅広くサポート

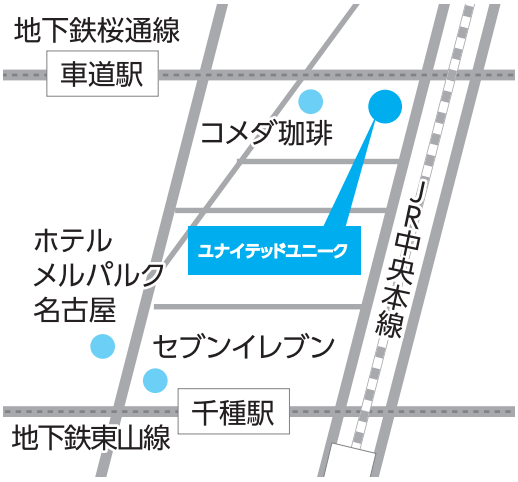


united unique

株式会社　ユナイテッドユニーク
〒461-0004 愛知県名古屋市東区葵3丁目12番7号 AMS葵3ビル 2F

地下鉄「車道駅」徒歩2分、「千種駅」徒歩6分

TEL 052-930-5216　Email contact@uni-uniq.com
FAX 052-930-5217　URL http://www.uni-uniq.com



knocks 就労移行支援事業所 ノックス葵
就労定着支援事業所 ノックスPLUS knocks
steps 学生向け就職支援 ステップス
企業の障害者雇用を支援 ハンズ hands