



2021年12月号

# FUNs通信

就労移行支援事業所FUNs

第14号

〒252-0233 神奈川県相模原市中央区鹿沼台2-11-6 淵野辺サトウビル2階  
Tel:042-813-0809 Fax:042-813-3231 Email: info@funs2020.co.jp

## 「1日 = 24時間」

1日は何時間？と聞くと、全員が「24時間」と答えますね。  
「1日 = 24時間」、1年を365日とすると8760時間になります。  
この事実は誰でも同じです。会社員でも、総理大臣でも、大活躍のプロ野球選手でも、みんな1日は24時間です。この「1日 = 24時間」をどう活用するかは非常に大切なことで、時間の使い方は重要です。

私の知る限り、仕事を楽しんでいる人の多くは、時間の使い方を工夫しています。「限りある時間」だからこそ、無駄にしたいくないと考えているんですね。ですから「いつからやろう」とか「あとでいいか」という考えは出てきません。決断・行動が早いです。

1日 = 24時間を、8時間にしてしまうのも、16時間にするのも「自己管理能力」次第です。  
実は自分が生活している中で「余り時間」というものが結構あります。この「余り時間」と言うのは下記の算式で求められます。

24時間 - 実際の使用時間 = 余り時間  
実際の使用時間には睡眠時間や食事をしている時間、仕事をしている時間などをあてはめます（24時間を分単位に変えて算出してもいいですね）。

これを実際にやってみると、謎の空白時間や隙間時間、必要以上に時間を使ってしまっている行動などが可視化できます。まずはこの余り時間を意識して改善するところから、時間を無駄にしないための第一歩を踏み出しましょう。（及川）



## 12月のスケジュール

### 12月 行事予定

15日 FUNs FES

22日 ものづくり体験会

（ご参加お待ちしております！詳細はお問い合わせください）

### 安心・安全な事業所のために

安心・安全な施設環境づくり、防犯性の強化のため、FUNsに防犯カメラを設置しました。

防犯カメラの設置につきましては、プライバシーなどの人権が侵害されるのではないかと不安を感じる方もいらっしゃるかもしれません。

そのため、防犯カメラの有用性とプライバシーの保護との調和を図るため、防犯カメラの適切な管理・運用に関するガイドラインを作成し、ご利用者様ひとりひとりにご説明いたしました。このガイドラインは、犯罪を防止するという防犯カメラの有用性と個人のプライバシーの保護の調和を図るため、防犯カメラの適切な管理・運用に配慮しなければならない最低限の事項をまとめたものです。

防犯カメラを設置し、プライバシーなどの人権を十分に配慮しつつ、このガイドラインを参考にしながら適切な管理・運用に努めていきます。（金原）



## 防犯カメラ作動中

### 編集後記

師走の時期になると、FUNsのスタッフが小走りになっていく傾向があると思います。忙しいのか、寒いのかスタッフによって違いますが(笑)これを読まれている皆さんはいかがでしょうか？体に気を遣いつつ、新年に向けて歩いていきましょう（紙谷）

## フリースペース制度を始めています

FUNsでは15:00に終礼をした後、16:30まで「フリースペース」として開放しています。

なぜこのフリースペースを始めたのかというと、「就労するための体力作りをしたい」「もっとスキルアップしたい」といった利用者さんからの声があったからです。

最初は1~2人がたまに残って作業しているといった感じでしたが、今では15:00に帰る人よりも残ってフリースペースを利用している人数の方が多いです。

皆さん自発的にPCでタイピングをしたり、ものづくりをしたり、資格の勉強をしたり、雑談をしたりと思いの時間を過ごしています。(須永)

## 人に伝える技術について

就労移行支援事業所で働き始めてようやく半年が経ちました。

ご利用者様に物事を「伝える」のはとても難しいです。今の段階で人に伝える時に気を付けていることが4点あります。

- 一つ目は「伝えたいことを明確にする!」です。  
まずは「話の軸」が何なのかを認識することを大切にしています。
- 二つ目は「相手に合わせる」です。  
専門的な知識がある人には専門用語を駆使して端的に伝えます。それとは逆に、初めて受けるプログラムの場合、例え話を取り入れながらわかりやすく説明をするように心がけています。
- 三つ目は「強調すべきポイントは繰り返し話す」です。  
表現を変えて、同じ内容をしつこくならないように話しています。
- 四つ目は「話す内容を自分自身でほぼ理解している」です。  
何が言いたいのか自分でまとまっていなければ伝えることはできないと思っています。  
その上でメリットとデメリットの対比をしてわかりやすく伝える事です。  
まだまだ勉強中の身ではありますがこれらのポイントを意識して「伝える力」を養っていこうと思います。(須永)

## スタッフリレーコラム

就労移行支援に携わって15年目になります。ご利用者様への直接支援が11年、企業とご利用者様とのコーディネーターを4年。就労移行支援の最終目的は変わらないのに、最近そこに至るプロセスは大きく変わりました。

それでも生活面の重要性は変わりません。様々なことが変化してきている中、ここだけは変わらない。ずっと変わらないのだなと思います。生活リズム・金銭管理・服薬管理、時間管理。後押しする支援を続けたいと思います(紙谷)

## Fuchinobe Unique Navigations Info

### 身だしなみは、画像で伝えたい

身だしなみを整えるというのは、働くうえではかなり重要なことの反面、自分の知識があっているのか不安になります。

それを少しでも解消できればと、企業様から頂いた身だしなみチェック表を参考にしてパワーポイントで資料作成をしました。そのまま使えば良いのはわかっていますが、写真を見たほうが想像化しやすいですし、自分の知識を具体化できると思ったからです。

企業様から頂いた資料は、当たり前なこと、忘れがちなことも網羅されていました。一例をあげると女性はストッキングが基本になること、男性はベルト・靴などにも気を配って対応することなどです。実際に、そのパワーポイントを見ると「そこも?」という声も上がってましたので、効果抜群だなと思いました。もう一つ加えると、そこにおしゃれの観点も含められる利点がありました。見栄えにも気を遣うことで、意欲も高められました。

「相手目線を大切に、お互い気持ちよく働ける装いで。」という気持ちをもってルールを予習することで、相手を思いやる力も付くと思います。(山岸)

### Excel実践版を皆さんにやってもらって

PCのプログラムを皆さん、日々、頑張って取り組んでいらっしゃいます。初めてPCに触る方もいれば、PCが得意な方もいらっしゃいます。

PCの練習を日々取り組んでいく中で、自分はどれくらいPCスキルを身につけることができたのだろうかと振り返ることはとても大切です。

振り返りの一環として、自分の知っていることを職員に伝え、職員が課題を作成するプログラムを行いました。一つ一つの覚えた動作は、誰かに伝える事によって理解

が深まります。形を覚えるのではなく、理論として覚える。そこで初めて知識になります

PCプログラムを職員が一つ一つ丁寧に指導いたします。それを職員に折り返してみるFUNs独自のPCプログラムを、是非体験してみませんか。(金崎)

### おめでとうございます!!

11月に就職されたご利用者様がおられます。もともとプログラミングがお得意で、職員がその技術についていけないところがありました。ただ、PCで苦手な分野もありましたので、そこを教える代わりに、その得意分野を教えてもらおうと約束していた矢先でした(笑)

本当におめでとうございます。心から祝福いたします。(紙谷)