

令和6年度 在職者を対象とした就労SST講座

開催日時: 令和6年8月24・31日、9月14・21日 計4日間

10:00 ~ 11:20

SST(社会生活スキルトレーニング)とは

Social Skills Training

社会の中での対人関係や生活していくスキルなどを養い、身に着ける訓練です。ロールプレイを中心に実践形式で学びます。

この技法を活用し、職場での対人スキルの向上を目的として、SST普及協会認定講師を招き、今年度1回目の講座を開催しました。

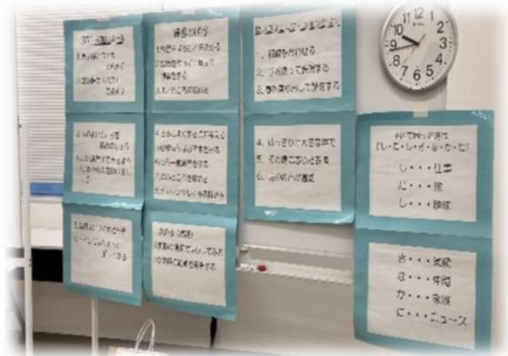
参加者は6名です。皆さんがそれぞれの職場で困っていることや悩んでいることをテーマにロールプレイを行いました。



参加者に職場におけるコミュニケーションで困っていることを聞き、1回の講座で1~2事例のロールプレイを行いました。この4日間で「上司に話しかけるタイミングの取り方」「作業の指示出しをされた時の対応の仕方」「仕事が終わったことの報告」「忙しい上司への相談の仕方」が事例として挙がり、事例毎に全員で良い点や現状よりさらに良くなる方法について意見を出し合い、その後2回目のロールプレイを実施しました。またロールプレイで学んだことを次回までの宿題として、実際に職場で実践してもらいました。

その他意見交換では、仕事に臨む姿勢について「仕事が楽しくない。皆さんは楽しい?」「出勤したくないと思ったときにどう対処している?」「休憩時間の過ごし方を聞きたい」等、参加者全員で積極的なディスカッションを行っていました。今回の受講を通しお互いの様々な職場環境を知ること、それぞれの想いや悩みなどを徐々に吐露できる場となり、就労継続に向けての活力を得られる機会にもなったようです。

今後はSSTで学んだことが継続して行えるよう、参加者と企業の方へ受講の様子についてフィードバックを行っていく予定です。



次回の就労SST講座は、令和7年1月を予定しています。
詳細が決まり次第ホームページ等でお知らせしますので、是非ご参加ください!

令和6年度 在職者を対象とした就労SST講座

開催日時: 令和7年1月11・18日、2月1・8日 計4日間

10:00 ~ 11:20

SST(社会生活スキルトレーニング)とは

Social Skills Training

社会の中での対人関係や生活していくスキルなどを養い、身に着ける訓練です。ロールプレイを中心に実践形式で学びます。

この技法を活用し、職場での対人スキルの向上を目的として、SST普及協会認定講師を招き、今年度2回目の講座を開催しました。

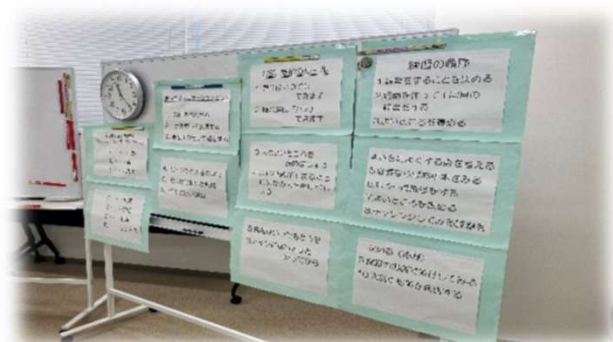
参加者は6名です。皆さんがそれぞれの職場で困っていることや悩んでいることをテーマにロールプレイを行いました。



参加者に職場におけるコミュニケーションで困っていることを聞き、1回の講座で1~2事例のロールプレイを行いました。この4日間で「仕事を頼まれた時の対応」「電話の対応方法について上司へ相談の仕方」「他の部門の方と話す方法」「他社員に指導中の上司へ質問をしたいときの対応」が事例として挙がり、事例毎に全員で良い点や現状よりさらに良くなる方法について意見を出し合い、その後2回目のロールプレイを実施しました。またロールプレイで学んだことを次回までの宿題として、実際に職場で実践してもらいました。

その他意見交換では、仕事に臨む姿勢について「上司不在で報告が難しいときにどうするか」「人が話していることを自分のことのように感じる経験はあるか」「気持ちの切り替え方法について」「相談相手の決め方」等、参加者全員で積極的なディスカッションを行っていました。今回の受講を通しお互いの様々な職場環境を知ること、それぞれの想いや悩みなどを徐々に吐露できる場となり、就労継続に向けての活力を得られる機会にもなったようです。

今後はSSTで学んだことが継続して行えるよう、参加者と企業の方へ受講の様子についてフィードバックを行っていく予定です。



次年度も就労SST講座を開講予定です。

詳細が決まり次第ホームページ等でお知らせしますので、是非ご参加ください！

令和5年度

在職者を対象とした就労SST講演会及び研修会を開催しました！

令和5年8月3日(木)、福岡市舞鶴庁舎で在職中の障がいのある方を対象とした講演会を開催しました。

今回は、「働き続けるために」をテーマに、株式会社九州日立システムズ 人事総務本部統括部長兼総務部部長の河野様と、同社で勤務されている当事者の寺田様にご講演いただきました。

河野本部長からは、「障がいの有無にかかわらず全社員が安心して働ける環境づくり」や「高次脳機能障がいがある従業員への関わりについて」などのお話がありました。寺田様からは、「報告・連絡・相談の大切さ」や「周りの人への感謝をもつこと」など実体験を交えたお話があり、とても有意義な講演会となりました。

参加者からは、『障がいだからできない』で終わらず、その人にあった業務を見つけ、お互いカバーし合って同じ目線で業務に務める所が良かった」「まずはその人の障がいを知ること、どうすれば一緒に働くことが出来るか等、考え方次第だと感じた」などの感想が寄せられました。

講演会の様子



講演の様子は

8月17日(木)～25日(金)に

動画配信を予定しています。

研修会の様子



職場で質問や報告をする時に戸惑うことはありませんか？

続いて研修会では、SST普及協会認定講師の長浜様、龍様より、「SST」の説明および「就労SST講座」のデモンストレーションをしていただきました。

今回は、職場でのやりとりで困っている場面として、「机上で黙々と作業をしている人に、休暇申請をしたいとき」のロールプレイを実施しました。参加者は、緊張しながらも「今お時間よろしいでしょうか」と伝えていました。その後の振り返りで、「はじめに『〇〇さん』と相手の名前を呼ぶのはどうか」と意見がでました。その意見を反映させてロールプレイを行った結果、「名前を呼ぶと、視線が相手に向いていた」など良かった点が挙げられました。

参加者からは、「改めてコミュニケーションの大切さやソーシャルスキルを学ぶことの重要性を知ることができ、とても勉強になった」などの感想が寄せられました。

就労SST講座（在職者対象）～働き続けるために～

当センターでは、「SST(ソーシャルスキルトレーニング:社会生活技能訓練)」を用いて、会社の人に相談や質問をする時のコツなどを学ぶ講座を実施します。皆さまのお申込みをお待ちしています！

コース	時間	全日程	締切
9月コース	10:00～11:20	令和5年(9/16・9/30・10/14・10/21)	8月19日(土)
1月コース	10:00～11:20	令和6年(1/6・1/13・1/27・2/3)	12月2日(土)

福岡市立障がい者就労支援センターHP(<http://fc-jigyoudan.org/syuro>)



令和5年度 在職者を対象とした就労 SST 講座

開催日時:令和6年1月6日~2月3日 各土曜日
10:00 ~ 11:20

SST (社会生活スキルトレーニング)とは

Social Skills Training

いろいろ人とコミュニケーション
をとるときに発揮される
対人スキルの訓練(練習)



自分の気持ちや考え、用件
を相手に正確に伝える。

相手の気持ちや考え、用件
を正確に受け取る。

この技法を活用し、職場での対人スキルの
向上を目的として今年度2回目の講座を開催
しました。

参加者は6名です。皆さんがそれぞれの職
場で困っていることや悩んでいることをテー
マにロールプレイを行いました。

SST講座は職場でのコミュニケーションスキルを学ぶ場です。緊張している参加者が多い
ため、まずはじめに緊張感をほぐすためにアイスブレイクを行います。

アイスブレイクでは「きゅうしょく」「れいぞうこ」などお題が描かれた
イラストを見て参加者がヒントを出し、回答者がお題を当てていきます。
楽しみながら取り組みますので、次第に緊張がほぐれていきます。



そして、本題のロールプレイです。コミュニケーションで苦手としていることや練習したい
テーマを参加者から出してもらいます。その中からテーマを絞り、一つの課題についてロー
ルプレイをしました。

今回のテーマは「内線電話の対応について」。

講師が参加者に普段の状況を確認し、それを踏まえて実際の場面を想定してのロールプ
レイです。他の参加者に内線電話をかける役を演じてもらい社内で電話を受ける場面を想
定し、電話でのやり取りを行いました。その後の振り返りでは、参加者からは取り次ぐ方が
不在の場合「ただ今席を外しております」「折り返しましょうか」と言えば更に印象が良いな
どの助言がありました。受講後、ロールプレイの実施者からは「電話対応に苦手意識があり
ましたが、『声がやわらかい』と言ってもらえ自信が持てました」との感想が聞かれました。



今回、初めて就労 SST 講座に参加させてい
ただきました。

「そういう時は~したほうがいいよ」という
アドバイスだけだと伝わりづらい部分も、実際
にロールプレイをしたり、参加者からフィード
バックをもらったりすることで、具体的にイメ
ージが掴みやすいため、「分かりやすく伝える」
方法として効果的だと感じました。

~センター職員~