リ・トライ！
立ち直りを支える
2026宮城県刑務所出所者等就労・定着ネットワーク事業

＜「リ・トライ！」プログラム/体験学習で目指す状態＞
「自分の人生を、自分で“ハンドル”できる人になろう！」
～ 人に頼って相談し、 いっしょに選択肢を考えて、 最後は自分で決める習慣を！ ～

第6回プログラム/体験学習実施レポート



今年度の通算参加者
受講者：のべ 68名
関わった人：のべ 48名

実施日：2026年9月13日(日)14:00～16:30

仕事に関するSST：就職活動や職場でのコミュニケーションを練習しよう

参加者：受講者 13名、講師 1名、連携機関 6名
ボランティア 4名(うち学生 2名)
スタッフ 3名 (計 27名)

会場：更生保護法人　宮城東華会



Switch
認定NPO法人

〒983-0852　宮城県仙台市宮城野区榴岡1-6-3　東口鳳月ビル602
TEL：022－762－5851
FAX：022－762－5853
Mail：info@retry-miyagi.org　　担当：今野、本間、坂下

当日のタイムスケジュール

2026年 9月13日(日) 14:00～16:30

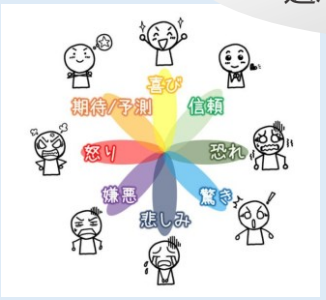
- 14:00～14:20　リ・トライ！概要、グループ分け、チェックイン
- 14:20～16:20　仕事に関するSST:
  就職活動や職場でのコミュニケーションを練習しよう
  - 14:20～14:35　SST説明・ルールなど
  - 14:35～15:05　ワークシートにてグループワーク、全体共有
  - 15:05～15:15　休憩、雑談タイム
  - 15:15～16:10　SSTロールプレイング
- 16:10～16:20　アンケート記入、感想共有、まとめ
- 16:20～16:30　次回案内、支援食料等提供

＜本日のSSTの流れ＞

1. これまで就職活動や仕事で困った場面についてグループで上げてみましょう。
2. 挙がった内容で、今回練習してみたい内容を1つピックアップしてみましょう。
3. 一番よさそうな案についてロールプレイングをしてみましょう。
4. ロールプレイングをしてみてよかった点、もう少し改善できるとよい点を考えてみましょう。

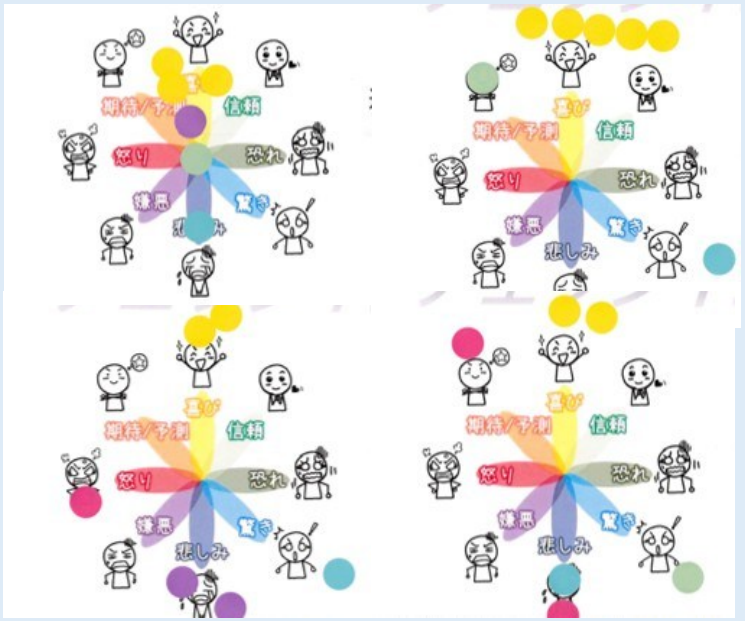
チェックイン

昨日の出来事と、その時の感情を
選んで話してみましょう

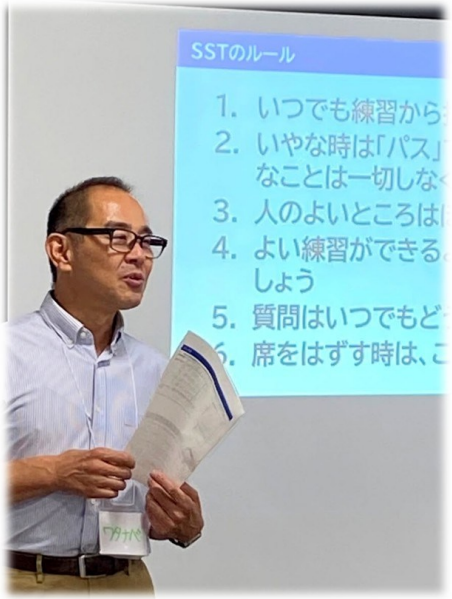


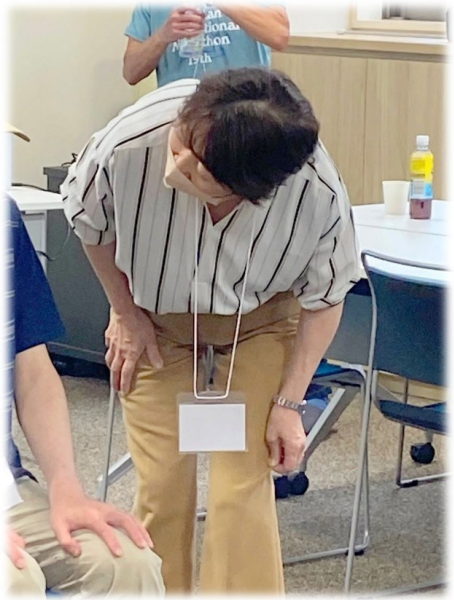


イラスト引用元:イラストプレゼン研究所
https://siri-illust.com/3751



ワーク①:これまで就職活動や仕事で困った場面についてグループで上げてみましょう。





ワーク①

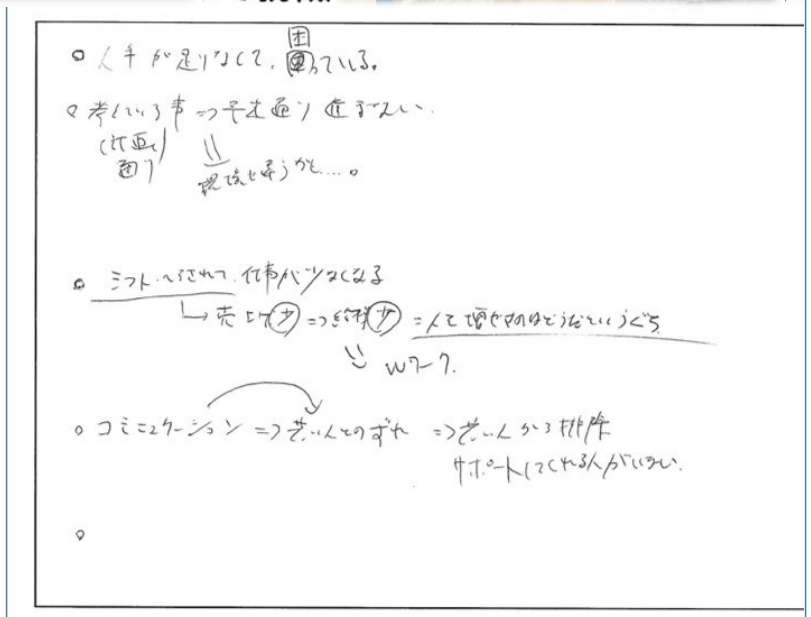
1. これまで就職活動や仕事で困った場面についてグループで上げてみましょう。

・ルールがきびしい
・話を合わせるのが大変
・クレーマーのたいおうのしかた

ワーク①

1. これまで就職活動や仕事で困った場面についてグループで上げてみましょう。

1. 身体的・精心的に社会的弱者の対応を考えて頂きたい。
・算出中の作業中の動きについて？
2. 商品・食品の配達中の出来事について
・新人に先輩が付 ワンフレーズでお教えるが中々フィクスしない
3. 今クスリを飲んでいるので、朝起きる事が出来無いどうしたらいいの？
4. エアコンで使用上の事で
5. 仕事をお願いする時の言葉使いに考えさせられる？
6. 会社により違いを感じさせる。



ワーク②:挙がった内容で、今回練習してみたい内容を1つピックアップしてみましょう。

ワーク②

2. 挙がった内容で、今回練習してみたい内容を1つピックアップしてみましょう。

◎ 若い人との良好なコミュニケーションの取り方について

ワーク②

2. 挙がった内容で、今回練習してみたい内容を1つピックアップしてみましょう。

・話の合わせ方

◎

フレールについて



ワーク②

2. 挙がった内容で、今回練習してみたい内容を1つピックアップしてみましょう。

コミュニケーションについて、練習をする、趣味を通して人対人の飲み会、を練習しました。

相手の話しに、同意・合わせる、質問をし相手(話し手)の話す内容を

◎ デフォルメし場をアップする、接客について

シャンパンのラベルについてUP有り





ロールプレイ

場面：就職面接での空白期間の説明をどうしたら良いか。

シチュエーション：経事業的そうぅける面接 / 空白の期間をどう説明するか。

良かった点：しっかり目を見て話せていた。しっかり話せていた
空白期間の説明がしっかりできていた
言いかたが柔かかった。どんな期間をすごせたが話せていた。
空白が自分のためにつながる説明が出来た。アピールにつながった。

場面：違う世代とのコミュニケーション
音楽の事を質問することでコミュニケーションがとれるか？

シチュエーション：昼休みの休憩中の雑談（音楽の話題）

良かった点：音楽を話題はどんな世代にもつうじると思った。
知っているものでも少がれる。知らない時は初めて知ることが楽しいと思った
とても優しい口調で答えてくれ雰囲気
いまは話題だけでなく、日常会話の事の話などにつながっていた。
優しいギャップがみられた。

プラスポイント：自然に音楽にいけた。掘りさげられるとより広がると思った
身ぶりやしぐさ、姿勢をもう少しなおすとなお良い。

場面：これから就く仕事接客がこれたいと思っているので練習した。

シチュエーション：お客様とのうけたえ、丁寧なやりとり（ペットショップ・昆虫ショップ）
店員とお客様とのやりとり（飼いやすいペットは何ですか？）

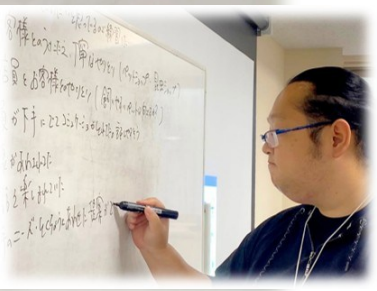
良かった点：店員として丁寧な接客（コミュニケーション）ができていた。話しやすうだった。
目線があわせれた
会話を楽しめていた
相手のニーズ・特徴にあわせた提案ができていた
お客さんがどうしたいか、聞くことと親身できそうだった
重のまがしなやかさ、雰囲気が出来た。話しやすい空気がつくれていた。

プラスポイント：相手が求めているものを探せるコミュニケーションが
とれるとなお良い
またこの店員さんから買いたいと思うような接客が
出来るとなお良い

若い世代とつき合っていたが、うまくコミュニケーションがとれない。

場面：飲食業、休憩中に初めて話す

良かった点：・ふうに会話できる時点で素晴らしかった
・会話出来るまでに相手の話をきき方に工夫している姿勢が見えた
・キャッチボールができている
・いっしょにいた時間だった
体を相手に向けて目線を向けて話しが出来ていた
・話が広がると嬉しい思いになる。



参加者のアンケートコメント

Q：今日のプログラムやこれまでの参加で、「 変化したと思えること 」「 役に立っていること 」があれば教えてください。
（短くてもいいので、何かコメントをご記入ください）
その他、困っていることや、やってみたいことなど追加コメントも大歓迎です！



- 今日は話題について学べたり、色々な人の意見を聴けてとても良かったです。
- 自分でも笑顔が増えた気がする。
- 特になし。
- 就職について改めて考えさせられたセミナーでした。B型→A型と頑張って行こうと思いました。
- 積極的な人はすごいなーと思いました。
- 前回（今年2月15日）のSSTで学んだことを生かせてよかったと思います。私がロールプレイしたことは近い将来くることなので生かしていきたいです。又、経験も話せて他の方にもアドバイスできたのでよかったです。
- 自分が困ったことや困りそうなことを見つける機会になって良かったです。
- ありがとうございました。勉強になりました。
- 中々盛り上がったセミナーでした。コントロールも出来てたと思う。
- 色々な人の話を聞きなるほどと思うことが多々あります。
- どんな時でも相手の事を考える事はつねにして行ければ良いなと思いました。
- こんな感じのプログラムやってるの知らなかったから体験出来て良かった。
- 早く仕事がしたいです。





総括コメント

少年院や刑務所を経験してきた方々は、その成育歴の中で、何らかの傷を負ってきていることが多く見受けられます。

50歳、60歳になった方々であっても、かつて子どもだった頃に経験した痛みや、満たされなかった希望を抱えたまま大人になり、それを誰にも話すことなく、胸に秘めていることも珍しくありません。そんな彼らが、何の気兼ねもなく、日々の悩みや生きづらさを語り合える場は、とても貴重なものなのだと思います。

週末は、「宮城県刑務所出所者等就労定着ネットワーク事業」のソーシャルスキルトレーニングを開催しました。今回は、就職活動や働く場面で困ることを想定したソーシャルスキルトレーニング。

刑務所に入っていた空白期間について、どのように話すのか。

職場での年齢差を超えていくために、どのように雑談をしたらよいのか。

明日からの生活や仕事の場面で活かせることを想定しながら、とても貴重な時間となりました。

今回の参加者は13名。多くの皆さんが、お互いをたたえ合い、笑い合う場となりました。

そして今回は、宮城県作業療法士会の皆様をはじめ、東北大学や尚絅学院大学の学生ボランティアの皆様、宮城東華会の皆様、フードバンク東北AGAIN様、みやぎ生協コープフードバンク様、特定非営利活動法人宮城県就労支援事業者機構様、仙台保護観察所様にもご協力いただきました。

回を追うごとに広がり続ける応援の輪。

その姿を目の前にすると、改めてこの場の大切さと、誰一人取り残さない地域づくりに向けて尽力されている皆様の思いに、ただただ頭が下がります。

次回は10月4日。

レゴブロックを使った自己理解、そしてチームビルディングに挑戦します。

少年院・刑務所を経験された方。

その隣にいらっしゃる方。

そして、そんな方々を応援してくださる方。

皆様からのご連絡をお待ちしています。



（代表理事　FBより一部編集し引用）