

令和6年度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！」  
第6回プログラム実施報告書

1. 開催日時： 2024年10月19日(土) 14:00～16:00
2. プログラム： SST③仕事に関するソーシャル・スキルズ・トレーニング「あなたは何を練習したい？」
3. 参加： 受講者8名、講師2名、スタッフ3名
4. 受講者状況と次回受講希望状況

申込者は10/16に新たに2名増え20名となった。内1名は次回第7回からの受講希望となっている。就職先の勤務の関係で4名の参加がかなわなかったが、8名が受講した。

全6回すべて受講が1名、第2回から連続受講が2名と、多くの方が複数回受講している。その結果、延べ受講人数は45名に達している。

受講後の感想やアンケートから、参加者同士や講師の方・スタッフとの交流の場、居場所として機能していることが伺える。次回希望者は、現時点9名であり、勤務の調整がつけば3名が加わる。

5. プログラムの主な内容

① 仕事に関するスキル:あなたはどれを練習したいですか？

アイスブレイクとして、サイコロトークで自己紹介。「趣味」、「好きな食べ物」、「最近楽しかったこと」、「最近、腹が立ったこと」など、名前の上にサイコロを降って出た目のことについて一言ずつ話してもらった。趣味以外のトークテーマは、参加者に挙げてもらった。

そして、ワークシートの事例について、どれくらいできるか自己評価の点数をつけてもらった。

その後、「自分のいいところを言葉で伝えることができる」、「ほかにあなたが練習したいことは？」を別紙に記入してもらいワークに取り組み、仕事に関するスキルについて、各自練習してみたいことを選び、ロールプレイで学んだ。次ページ以降で詳細を紹介する。

② 個人ワーク

<事例内容>

- #1 自分のいいところを言葉で伝えることができる
- #2 電話で就職面接のアポをとる
- #3 就職面接の練習
- #4 新しい職場でのあいさつ（所属の部署で、他の人に紹介された時）
- #5 仕事の説明で、わからないところを質問する
- #6 与えられた仕事が終わって、次の仕事を上司や先輩に聞く
- #7 エレベーターを待っている間、昼休み、仕事帰りのトラックの中などで仲間と雑談をする
- #8 仕事の指示がわかったことを伝える
- #9 バスなどの事故で勤務先を遅刻しそうなとき、スマホなどで連絡をする
- #10 仕事のミスをあやまる
- #11 これまで住んでいたところ、やっていた仕事など、相手が自分の言いたくないことをいろいろ聞いてきたときの対応
- #12 職場の同僚の状況に合わせた挨拶：自分の病気、忌引き、子供の結婚式などで休んでいた同僚が出勤してきたとき、それぞれの状況に合わせての挨拶
- #13 仕事や人間関係で上司に相談したい時の依頼の仕方、話の進め方
- #14 仕事のやり方、その他、あなたが気づいて、仕事をもっと、効率的にできる方法に気づいて提案したいとき

<個人ワーク1:各事例の自己評価>

**個人ワーク1：各事例の自己評価**

(評価点) 1：あまりよくできない 2：まあまあできる 3：よくできる

自己  
効力感

|   | #1 | #2 | #3 | #4 | #5 | #6 | #7 | #8 | #9 | #10 | #11 | #12 | #13 | #14 | 合計   |
|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|-----|-----|-----|-----|------|
| A |    |    |    |    |    |    |    |    |    |     |     |     |     |     | 0    |
| B | 1  | 3  | 2  | 1  | 3  | 2  | 1  | 1  | 3  | 3   | 2   | 1   | 1   | 2   | 26   |
| C |    | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 1  | 3  | 2  | 2   | 2   | 2   | 1   | 1   | 24   |
| D | 2  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2   | 2   | 2   | 2   | 2   | 35   |
| E | 2  | 2  | 1  | 1  | 1  | 2  | 2  | 2  | 1  | 2   | 1   | 1   | 1   | 1   | 20   |
| F | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3   | 2   | 3   | 3   | 3   | 36   |
| G | 2  | 1  | 1  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2   | 2   | 1   | 2   | 1   | 24   |
| H | 1  | 1  | 1  | 2  | 2  | 1  | 1  | 1  | 2  | 2   | 1   | 1   | 1   | 1   | 18   |
|   | 10 | 14 | 11 | 14 | 16 | 15 | 12 | 14 | 16 | 16  | 12  | 11  | 11  | 11  | 26.1 |

表-2 個人ワーク:各事例の自己評価まとめ (by 講師)

(塗りつぶしは、特に練習したい事例)

なお、受講者 A は自己評価をしていなかったが、次のようにワークシート上で練習していました・・・素晴らしい！

#2に対し：「お世話になります。〇〇と申します。この度は御社にて面接させて頂く事になりましたので日程調整をお願いしたくTELさせて頂きました。」

#4：新しく入りました〇〇と申します。至らぬ点多くありますが、一生懸命頑張りますので、よろしく願い致します。

#10：〇〇をミスしてしまい大変申し訳ございませんでした。次回は気を付けて作業しますので、今一度チャンスを頂けないでしょうか。

<個人ワーク2:ほかに練習したいこと>

- 世間話のやり方
- 契約書等の決まり事、契約書の交わし方
- お客様の状況に合わせた対応力を高めたい
- 人とのコミュニケーションの仕方、挨拶の仕方

<個人ワーク3: 自分のいいところを言葉で伝えることができる>

A: 温和な性格なので、大半の人(年上や年配の方)とは穏やかに話ができる。

B: 遅刻をしない。若いので健康的。真面目。

C: 強いて言えば嫌な事はすぐに忘れるところ。

D: コミュニケーション能力が高いと思います。場を和ませる雰囲気づくりができと思っています。与えられた仕事を的確にこなすことができと思っています。

E: 人の悪口を言わない。

F: 私の良いところは、チャレンジ精神があるところだと自己分析しています。というのも、私は物事に会った時は、試しにやってみることにしています。仮に失敗したとしても何か得るものはあると信じているからです。

G: 以前の仕事は、26年間続けていたので、いいところは一つの事を継続して続けられる事です。

H: まじめにコツコツと仕事をする。

③ 各自が選んだ事例でロールプレイ

|  |   |
|--|---|
| <p><b>&lt;就職面接を受ける&gt;</b></p> <p><b>場面</b>・面接官：社長</p> <p>・精肉店</p> <p>・店の奥の社長室</p> <p>・「あなたのいいところは？」</p> <p><b>良かったところ</b></p> <p>・質問にすぐに答えていた</p> <p>・テンポが良い</p> <p><b>さらに良くなる点</b></p> <p>・もう少し声量を上げる(?)</p> <p>・目を見て答える</p> <p>・椅子に座る時の姿勢(背もたれから離す)</p> | <p><b>&lt;面接を受ける&gt;</b></p> <p><b>場面</b>・B型事業所での面接</p> <p>・週何日来れる？</p> <p>・見学したことはある？</p> <p>・作業出来そうですか？</p> <p>・皆と一緒に出来そうか？</p> <p><b>良かったところ</b></p> <p>・スムーズに返答していた</p> <p>・姿勢がよかった</p> <p>・適切に答えていた</p> <p>・正直で、やる気が伝わった</p> <p><b>さらに良くなる点</b></p> <p>・「ひとつお聞きしていいですか」と質問するよい</p> |
| <p><b>&lt;就職面接のアポをとる&gt;</b></p> <p><b>場面</b>・緑ヶ丘ホーム(架空)</p> <p>・インターネット求人で見つけた</p> <p><b>良かったところ</b></p> <p>・言葉使いが丁寧</p> <p>・速くなりすぎないようテンポを押さえていた</p> <p>・「お忙しいすみません」</p> <p>・日時を再確認していた</p> <p><b>さらに良くなる点</b></p> <p>・他の持ち物を確認する(?)</p>                 | <p><b>&lt;バスなどの事故で遅刻しそうな時の連絡をする&gt;</b></p> <p><b>場面</b>・通勤中のバスが事故</p> <p>・いつ運行再開できるかわからない</p> <p>・電話で連絡を入れる</p> <p><b>良かったところ</b></p> <p>・今の状況を正確に伝えていた</p> <p><b>さらに良くなる点</b></p> <p>・</p>  |

他に、「仕事にミスをやめる」事例を選んだ方については、場面設定中で時間が足りなくなったこと、全員がロールプレイできなかったこと、さらに仕事に関する SST は大事であることから、次回以降でも仕事に関する SST の実施を検討する。

## 6. 受講者の感想

### <リ・トライ！プログラム受講後アンケート>

- ① 仕事の面接練習が出来た。
- ② 他人の意見や話を受け入れられる様になった。
- ③ 小さな問題点でも意識して改善することで全体の印象が大きく変わるということに気づけた。
- ④ 電話での面接アポを練習して、事前に得た知識を実践したところ、手応えがあったので、今後の自信に繋がった。非常に面白く受講できました。社長役はハマリ役でした。
- ⑤ 今回も有難うございました。次回も宜しくお願いします。
- ⑥ 本講座を受講して、ブランクを埋めることができつつある。
- ⑦ 自分の苦手な分野を SST でやるのが役に立つと思いました。就職面接の SST が役に立ちました。
- ⑧ 今後あるであろう面接の場での色々なシチュエーションを学べてとても良かったです。
- ⑨ また次回も参加したいです。

## 7. 全体を通して

「今の自分が一番苦手そうな、『仕事のミスを謝る場面』の練習をさせてください。」

「自分のいいところを言っていたでいて、とても自信につながりました。」

「仕事をするという事は、他の人と関わる場面がたくさん出てくるのでソーシャルスキルを学ぶことはとても大切だと思いました。」

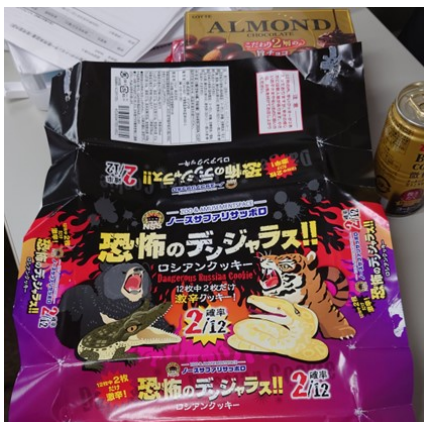
「はたらく」場面で困る事例を、一人ひとり挙げてもらい、その事例でロールプレイをし、いいところ・さらによくするにはを皆でフィードバックし、鍛え合い、そして称え合う場。

初回から皆勤賞の方、就職が決まって働いている中での悩みを抱えている方、生きづらさを抱えながら福祉的な働き方を模索する方、生き抜くために何かに依存せざるを得なかった方。

様々な背景を抱えた方々が、ひととき、同じ場でまじわり、それぞれの得意、不得意をさらけ出して、変化をたたえ合う場。常に笑いの絶えない明るい場で、将来を語り合う場、その振り返りの場面で、彼らが背負う過去を考え、そして未来を感じる瞬間に立ち合わせていただきました。

彼らの背景には、本当にたくさんの生きづらさがある。蔓延する自己責任論の中で叩かれ続けてきた方々にとって、この場が意味のある場になりますように。(代表理事 FB より引用、一部編集)

## 8. おまけ: 当日のおやつ(提供: NPO 法人 ふうどばんく東北 AGAIN 様)



以上