

# 令和2年度定着支援研修

十勝障がい者  
就業・生活支援センター



## With コロナでも **変わらない** 働くためのコミュニケーション

令和3年2月18日・19日・26日の3日間をリモート形式で、3月17日は従来どおり会場に集合する形式で、定着支援研修「with コロナでも変わらない働くためのコミュニケーション」をそれぞれ開催いたしました。特に3月の研修は、今年度の新型コロナウイルスの流行やそれに伴う開催時期の見合わせなどもあり、なかなか参加が叶わなかった方々の要望にお応えする形での集合研修となりました。全日程を通じて、21企業30名の方々にご参加いただきました。

研修内容は、本研修の表題をテーマにした講義と、参加者同士での意見交流の2部制でした。

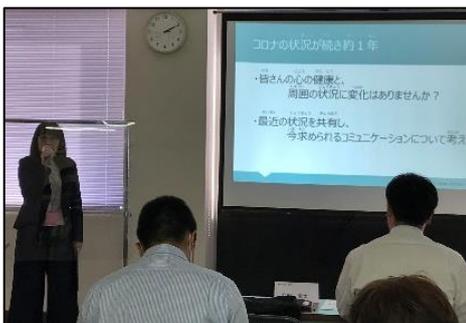
講義では、コロナ禍において求められるコミュニケーションの変化と変わらずに必要なものを、改めて皆さんと確認しながら進めていきました。実際の場面を想定したクイズ形式の問いに、参加者それぞれが自分なりの対応法などを答えられており、緊張感がありつつも真剣に自分の考えを話し、他の参加者の意見にも耳を傾ける姿が見られました。

研修の後半は、参加者同士がグループを組んでの意見交流です。個々人の近況を含めたコロナ禍の影響（別表）、仕事・生活での困り感や目標の共有などのやりとりがあり、各グループとも所要時間が足りない印象を受けるほど活発な意見交換がされていました。



※本記事には、掲載にご了承いただいた方の写真を使用させていただいております。

今年度は「今まで当たり前前に出来ていたことが難しくなった」という声が多く



聞かれましたが、それぞれが発想の転換や自分なりの工夫をし、周囲の助けも借りながら現状を受け入れて前向きに行動することを大切にされていると感じました。

ただ、人とのつながりが薄くなることでのモチベーションの低下や不安感などは、なかなか普段の仕事や生活だけでは解消されず、その機会の1つとしても定着支援研修を活用していただけていると思われます。

マイナスの変化	プラスの変化
<ul style="list-style-type: none"><li>気分転換の外出がしづらい</li><li>人と接する機会が減った</li><li>感染対策で、神経質&amp;緊張感</li><li>消毒などのいつもと違う業務が増えた</li><li>マスクでの息苦しさや暑さ、肌荒れ</li><li>人の声が聞き取りづらい</li><li>仕事量、収入が減った</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>昼食が交代制になり、少人数でリラックスできる</li><li>集団での気疲れが減って、より1人時間を楽しめる</li><li>会えないことで家族や友人の大切を実感した</li><li>以前よりもプライベートの過ごし方を意識した</li><li>感染予防で、前よりも健康的に過ごしている</li><li>オンラインサービスの活用（買い物、ライブ）</li><li>メイク時間短縮&amp;化粧品代が節約できる</li></ul>
変わらないこと	
<ul style="list-style-type: none"><li>仕事はいつでも頑張るもの。目の前にことに取り組む・集中する、分らないことは相談する</li><li>自分がやることは変わらない</li><li>仕事のことは上司、メンタル面は家族に相談している</li></ul>	

## 今年度の定着支援研修の全日程が終了しました。

前年度までの定着支援研修は年 4 回定期開催をすることで、訪問による支援を必要とされなくなった方々へのフォローアップの場としてご活用いただいております。

今年度は、コロナ禍において定着支援研修も開催を見合わせたり、開催方法の変化を余儀なくされました。しかし、企業で働かれている障がいをお持ちの方やその勤め先企業からの要望を受け、研修テーマや参加規模を限定し、新たにリモートでの研修を取り入れるなど、皆さんの声にお応えできるように都度ご提案をさせていただきました。また、小規模で開催することにより、参加者のニーズに合わせた内容や方法を取りやすかったメリットを感じています。

次年度以降も研修内容と開催方法を検討しつつ、必要なものが必要な方に届くように、当センターから皆様にご提案していきたいと思っております。次年度以降もよろしくお願いいたします。