

## 就労継続支援 A 型事業所における利用者の知識・能力向上に係る実施状況報告書

事業所名	夢工房宮古	事業所番号	4712300484
住 所	沖縄県宮古島市平良字久貝 8 7 5 - 2	管理者名	岩本 晶恵
電話番号	0 9 8 0 - 7 9 - 0 3 6 1	対象年度	令和 6 年度

## 利用者の知識・能力向上に係る実施概要

<p>&lt;活動内容&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・活動場所：夢工房宮古内活動室</li> <li>・実施日程：令和 6 年 2 月 2 6 日</li> <li>・実施した利用者の知識・能力向上に係る実施の概要</li> </ul> <p>外部講師を招き、生活支援の一環として「依存症について」「自己肯定感とは」「仕事におけるストレスマネジメント」について 3 部構成で行った。</p> <p>&lt;目的&gt;</p> <p>近年、増加傾向にあるアルコール依存症をはじめ、ギャンブルや喫煙、様々な依存症の話や、そこから繋がる、自分を大切にすること。根底にある自己肯定感等の話しを通して、生活に関わる大事な話をしてもらった。</p> <p>&lt;成果&gt;</p> <p>利用者の方の多くは、自己肯定感が低く、自己嫌悪に陥りがちである。また、現実から逃避する形で、過度な飲酒や喫煙等、依存症に綱がっているケースも多い。今回は自己肯定感の講話を行ったことで、自分を大切にすることの大切さを学ぶことに繋がったと多くの方からコメントをもらっている。</p>	<p>&lt;活動の様子&gt;</p>  <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>質問形式で、講話が始まり。皆、真剣に聞いている。 また、依存症については、当事者である利用者の方からも「依存症の克服の仕方や、依存症を抱えながらもどのような職種があっているか？」等の質問も上がっていた。 普段、なかなか聞くことが少ない、自己肯定感について、真剣に聞いている。</p> </div>
---	---

## 連携先の企業や事業所等の意見または評価

今回は自己肯定感をメインに講話をしてもらった。自己嫌悪に陥る利用者の方が多く、そこから、体調不良に繋がっていた。外部から講師を招くことで、事業所スタッフには無い視点での話や実践形式での話し等、なぜ自己肯定感が必要なのか？等の話も聞くことができ、利用者の方も、積極的に質問する姿勢が見られていた。自己肯定感を高め、何事にも積極的に取り組み、就労だけでなく少しでも体調の安定につながる様にセルフマネジメントに活かしていただきたいと思う。

事業所担当者 岩本 晶恵

## 利用者からの意見・評価

- ・薬以外に何かできる事があるとすればノートに今日はきつなくても仕事に行けたという事を書いていくという方法があるという事を教えてもらいました。また、機会があれば色々相談したいです。(40代 男性)
- ・自己肯定感が高いと、他者と比較することなく、自分の意見や感情を大切にすることができる。ありのままの自分を受け入れることは対人関係でも私生活でも大事だと思った。(30代 女性)