


# 職場適応を促進するための相談技法の開発 ～ジョブコーチ支援における活用に向けて～



- 古野 素子（障害者職業総合センター職業センター 開発課  
主任障害者職業カウンセラー）
- 小沼 香織、森田 愛（障害者職業総合センター職業センター 開発課  
障害者職業カウンセラー）

# 障害者職業総合センター職業センターとは

## 障害者職業総合センター（幕張）

職業センター

**支援技法  
開発・改良**

研究部門

研究

その他、広報、啓発等

職業リハビリ  
テーション部

研修

発達障害、精神障害、高次脳機能障害の方々や事業主等に対しより良い支援を提供するために、職業リハビリテーション技法の開発、改良、普及を行っている。



**バックアップ**

**普及**

○技法開発のための3つのプログラムを実施（作業、セミナー、相談）

- ・ワークシステム・サポートプログラム
- ・職場復帰支援・就職支援プログラム
- ・シヨブデザイン・サポートプログラム

## 地域障害者職業センター



地域の職業リハビリテーションに関連する関係機関

- ・人材

# 1 はじめに

## 令和5年度の取組

- これまでに職業センターで開発した支援技法を、**職場適応を促進するための**相談支援場面でも活用できるように、**相談技法の開発**に取り組む。  
→ ジョブコーチ支援(以下「JC」という。)における相談支援場面でも活用ができるよう検討する。
- 今回は以下について中間報告を行う。
  - ・ 現在の課題点やニーズの整理
  - ・ 今後の方向性

# 2 JC支援とは

地域障害者職業センターに配置  
**配置型JC**

障害者の就労支援を行う社会福祉法人等に雇用されている  
**訪問型JC**

障害者を雇用する企業に雇用されている  
**企業在籍型JC**

**JC**  
(ジョブコーチ)



支援計画に基づいて支援を実施

職場に出向く

**障害者**  
・作業遂行力の向上を目指した支援  
・職場にスムーズに適応できることを目指した支援

**企業**  
・障害特性に配慮した雇用管理等に関する支援  
上司 同僚 人事担当者等



最終的には事業所の上司や同僚による支援（ナチュラルサポート）への移行を目指す 4

### 3 開発の背景

- 地域障害者職業センター(以下「地域センター」という。)のJC支援の対象者は、精神障害者や発達障害者が増加傾向にある。



ストレス対処、体調・疲労の管理、  
職場の人間関係などに関する相談  
職場適応を図るための支援

電話やWebを介した支援

支援内容  
や  
支援方法の  
幅が広がっ  
ている

より多様でコンパクトな  
相談や支援の実施が求められている

## 4 課題点やニーズの整理

- 地域センターを対象に支援技法の開発ニーズ等に関するヒアリング調査を実施(R4)。



様々な開発ニーズの中にあげられていた意見・要望

- ◆ JC支援における個別相談でも活用できるような教材やツールの開発
- ◆ 個別相談やJC支援での活用方法を知りたい

表1より JC支援における相談技法やツールに関するニーズ

JC支援への活用に関する意見

可視化できる

よりコンパクトなもの（限られた回数・時間で実施）

自己学習できる(補える)もの

導入・動機付けに役立つ

知識付与に役立つもの

対処方法の検討に役立つもの

定着・習慣化を目指すもの

## 今後の相談支援で活用したい支援技法について

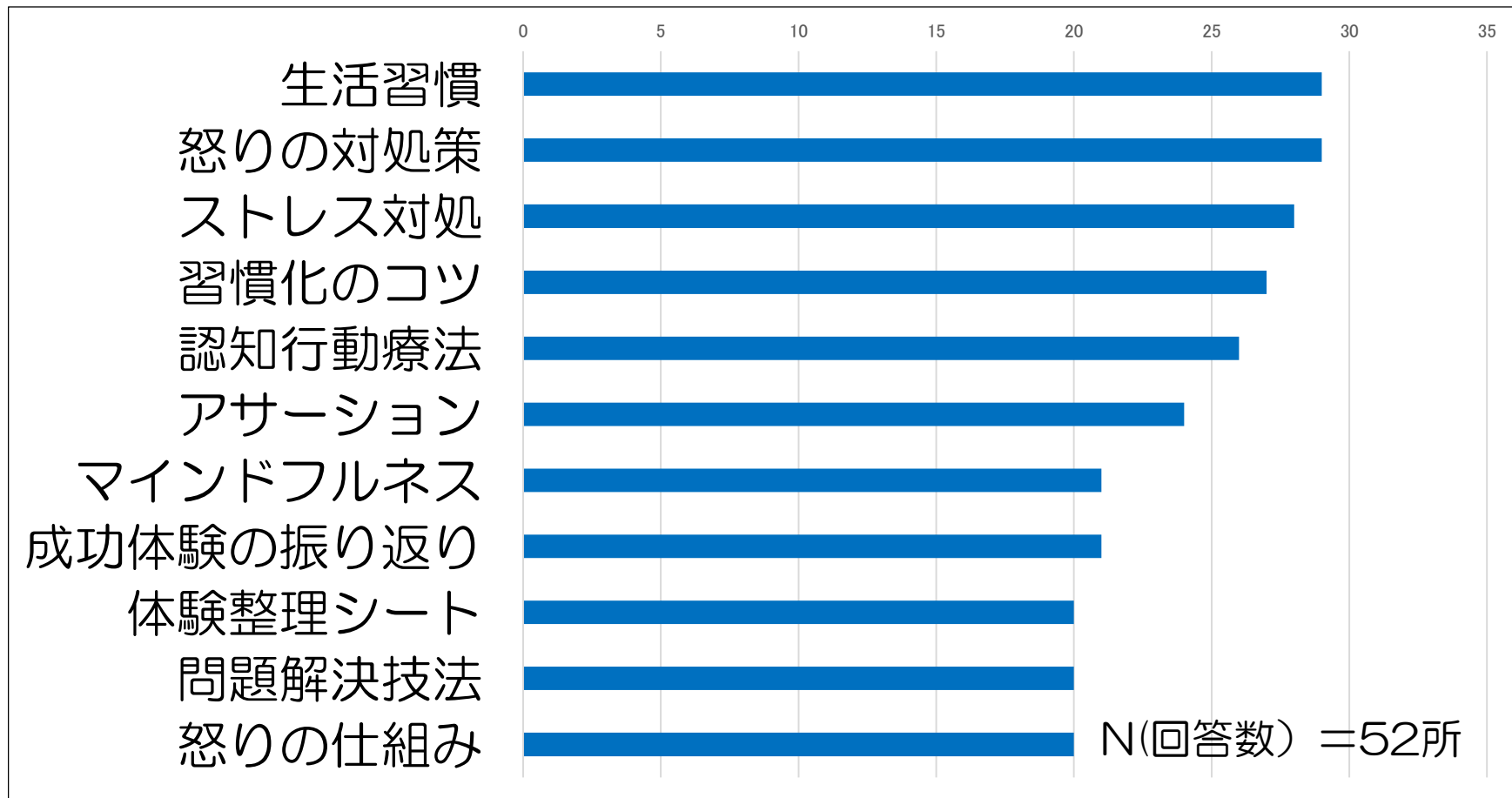


図1 希望の多かったテーマ(20所以上希望のあったもの)

生活習慣やストレス対処等の支援技法をもとに、JCが職場適応を促進するための相談支援ツールを作成し、相談支援ツールを活用した相談技法の開発に取り組むこととした。



## 5 相談支援ツールについての検討

● 相談支援ツール  
試案を作成



(R5)東京・千葉・静岡・栃木・鳥取  
の5地域センターに試案を呈示  
しグループヒアリングを実施

表2 相談支援ツールの内容や活用方法に関するニーズ(抜粋)

内容	活用方法
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 導入・動機付けに役立つもの</li> <li>・ 知識付与に役立つもの</li> <li>・ 対処方法の検討に役立つもの</li> <li>・ 定着・習慣化を目指す支援に役立つもの</li> <li>・ 事業主支援に役立つもの</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 可視化できる</li> <li>・ コンパクトな相談に対応できる</li> </ul>

# ●相談支援ツール(試行版)

□資料…知識付与に活用できるツール

+

□シート…相談時に状況や捉え方、考え方を可視化できるワークシートやチェック表

生活習慣	導入	「生活習慣」との関連を考える	自己チェック表
	知識付与	「運動」	
		「食事」	
		「睡眠」	
目標設定	「習慣化」について学ぶ・取組む	行動目標を決めよう、行動ノート	
ストレス対処	導入・知識付与	「状況」を整理する	体験整理シート
	対処方法の検討	「思考」にアプローチする	コラムシート、セルフトーク
		「気分」にアプローチする	怒りへの対処方法リスト、アンガーログ
		「身体」にアプローチする	リラクゼーション対処方法リスト
		「行動」にアプローチする	問題状況分析シート、DESC法ワークシート
その他		生活記録表、ストレス対処整理シート	

## 6 今後の方向性

- R5.6～R5.9 相談支援ツール(試行版)の  
地域センター等における試行実施



- R6.3

マニュアル  
発行予定

- ・ 相談支援ツールを活用した  
相談の実施方法
- ・ 実施上の留意事項  
…等取りまとめ予定



ぜひ皆さんに使ってみてもらえる  
支援のヒント、手がかりになれば幸いです！

# 過去に出している 支援マニュアル・ツール等がダウンロードできます



今日、話に出てきた「生活習慣」や「ストレス対処」に関するプログラムやマニュアルを見てみたいなあ！

(一例)



支援マニュアル No.20 (2020年3月)  
気分障害等の精神疾患で休職中の方のための  
**日常生活基礎力形成支援**  
～心の健康を保つための生活習慣～



支援マニュアル No.9 (2013年3月)  
気分障害等の精神疾患で休職中の方のための  
**ストレス対処講習**



実践報告書 No.36 (2021年3月)  
発達障害者のワークシステム・サポートプログラム  
**リラクゼーション技能  
トレーニングの改良**

□ 詳しく知りたい場合は、以下のホームページからダウンロードできます。

障害者職業総合センター研究部門ホームページ

<https://www.nivr.jeed.go.jp/>