



# 進路通信

令和7年7月11日【2年生・第2号】

東京都立南大沢学園  
校長 井上 美保  
発行 進路指導部

保護者の皆様には、日頃より本校の教育にご理解、ご協力をいただき、心より感謝申し上げます。

生徒の皆さんが2年生に進級して、3ヶ月が経ちました。多くの生徒がインターンシップを経験し、自分の決めた目標に向けて取り組むことができました。初めての場所での体験は、大変だったと思いますが、多くのことを学んだのではないかと思います。夏休みは『インターンシップの経験を振り返り、自分自身の「将来の生活」についてじっくり考える』機会にしましょう。

9月にインターンシップを控えている生徒もいます。生活リズムを崩さぬよう、しっかりと準備を整えておいてほしいと思います。

## 進路講演会のお知らせ

- ◆期日：令和7年9月17日（水）13時15分 から 14時45分 まで  
※進路講演会終了後、14時50分より2学年保護者会を行います。

- ◆場所：本校 体育館

- ◆講師：NPO法人 わかくさ福祉会  
障害者就業・生活支援センター TALANT  
センター長 公認心理師 臨床心理士 加納 信吾 様



- ◆内容：「就労に向けて在学中に家庭で取り組んでほしいこと～就労支援センターの立場から～（仮題）」  
・地域の支援センターについて  
・在学中における就労に向けての準備と身に付けておきたいこと  
・質疑応答

## 個別面談よろしくお願いします

前期のインターンシップが終わった生徒は、「前期インターンシップの評価と今後の課題」「後期インターンシップに向けての意向の相談・確認」について、面談を行っています。これからインターンシップを実施する方は、終了後インターンシップ先から評価票が戻り次第、面談を行います。面談で確認した前期の評価を後期インターンシップに生かせるよう、ご家庭と学校で連携して取り組んでいきたいと思っています。

裏面もあります

★令和7年度版『進路指導ハンドブック』（P. 10）にも記載されております「**就労に向け在学中に身につけたいこと**」を、こちらの進路通信にも掲載いたします。インターンシップ、さらにはその先にある就労・定着に向け、ご家庭でも必要と思われる支援についてぜひご確認ください。

## 就労に向け在学中に身につけたいこと

（東京都障害者職業センター多摩支所・職業カウンセラーより）

|   |                                                                                                                       |
|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ① | <b>規則正しい生活を送れるようになる。</b> まずは生活者としての基礎、生活習慣を整えること。これがなければ、いくら知識や技能があっても給料をもらえる仕事はできない。                                 |
| ② | <b>朝、自分で起きられるか。</b> 食生活は整っているか。                                                                                       |
| ③ | <b>身だしなみは整えられるか。</b> 服装やひげの手入れは在学中からやらないと間に合わない。                                                                      |
| ④ | 社会生活の基礎を身に付けているか。 <b>注意された時に謝れるか。</b> どんな態度で謝れるか。「まず言い訳をする」となっていないか。 <b>理由があっても、まず謝れるようになっていることが必要。</b> 休まず通うことができるか。 |
| ⑤ | 週30時間以上、毎日通って働き続けることができるか。万一休むときには保護者が連絡するのではなく、 <b>自分で連絡ができるか。</b>                                                   |
| ⑥ | 休日の過ごし方。 <b>仕事に影響する（疲れてしまう）ほどに、遊ぶことなくセーブできるか。</b> <b>夜更かししないよう自分で努められるか。</b>                                          |
| ⑦ | 学校だけでなく、家庭でも「なぜ働くのか」という感覚を伝えていくことが必要。生活するためにはお金が必要。 <b>働くのが当たり前と思えるか。</b>                                             |
| ⑧ | <b>休まずに毎日学校に通えているか。</b>                                                                                               |
| ⑨ | <b>家庭でお手伝い（家事分担）ができているか。</b> 仕事への責任意識をもつためにも、ぜひできるようになることが望ましい。家でやっている家事が仕事になることもある。清掃、食器洗い、洗濯など仕事に生きることがある。          |
| ⑩ | <b>退職の理由の一番は人間関係。</b> 慣れによる仕事の崩れも多い。休憩を多くとるようになる、手を抜くなど。 <b>ゆるい方へ流れないように自分で考えられるか。</b>                                |
| ⑪ | 家庭では心身が休める場を作れるとよい。                                                                                                   |



安定した就労には、仕事の能力やスキル以上に、働く意欲、挨拶や身だしなみ、基本的な生活習慣の確立、精神面での安定、体力も含めた健康管理、金銭管理、社会性等の生活面の安定が大切です。在学中にしっかり確立できるよう、今から取り組んでいきましょう。