



進路通信

令和8年7月15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。
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8年9月15日（火）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 多目的室

◆講師：特定非営利活動法人 八王子ワークセンター
八王子障害就労・生活支援センターふらん
コーディネーター 小暮 健司 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8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付けたいこと**」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付けたいこと

（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	規則正しい生活を送れるようになる。 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	朝、自分で起きられるか。 食生活は整っているか。
③	身だしなみは整えられるか。 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。 注意された時に謝れるか。 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。 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。 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、 自分で連絡ができるか。
⑥	休日の過ごし方。 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。 夜更かししないよう自分で努められるか。
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。 働くのが当たり前と思えるか。
⑧	休まずに毎日学校に通えているか。 学校に行かれない人は仕事には行かれない。
⑨	家庭でお手伝い（家事分担）ができているか。 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	退職の理由の一番は人間関係。 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。 ゆるい方へ流れないように自分で考えられるか。
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。