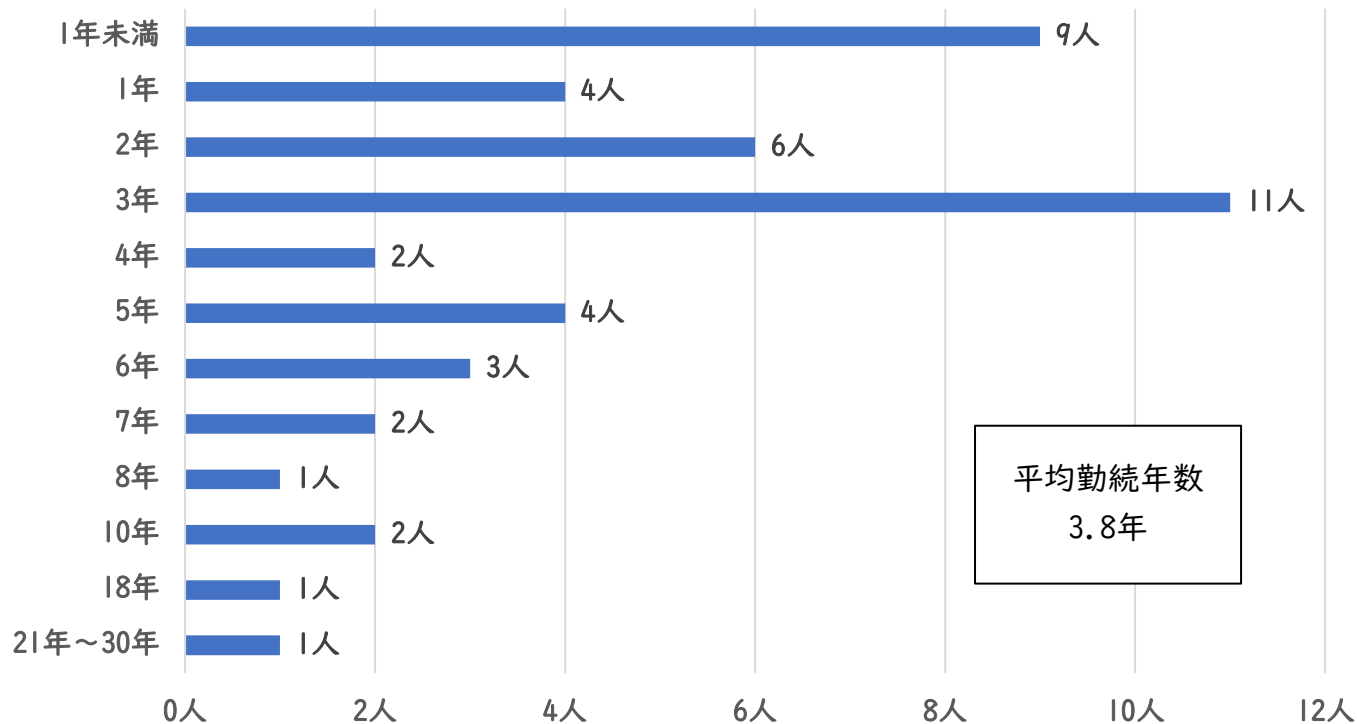


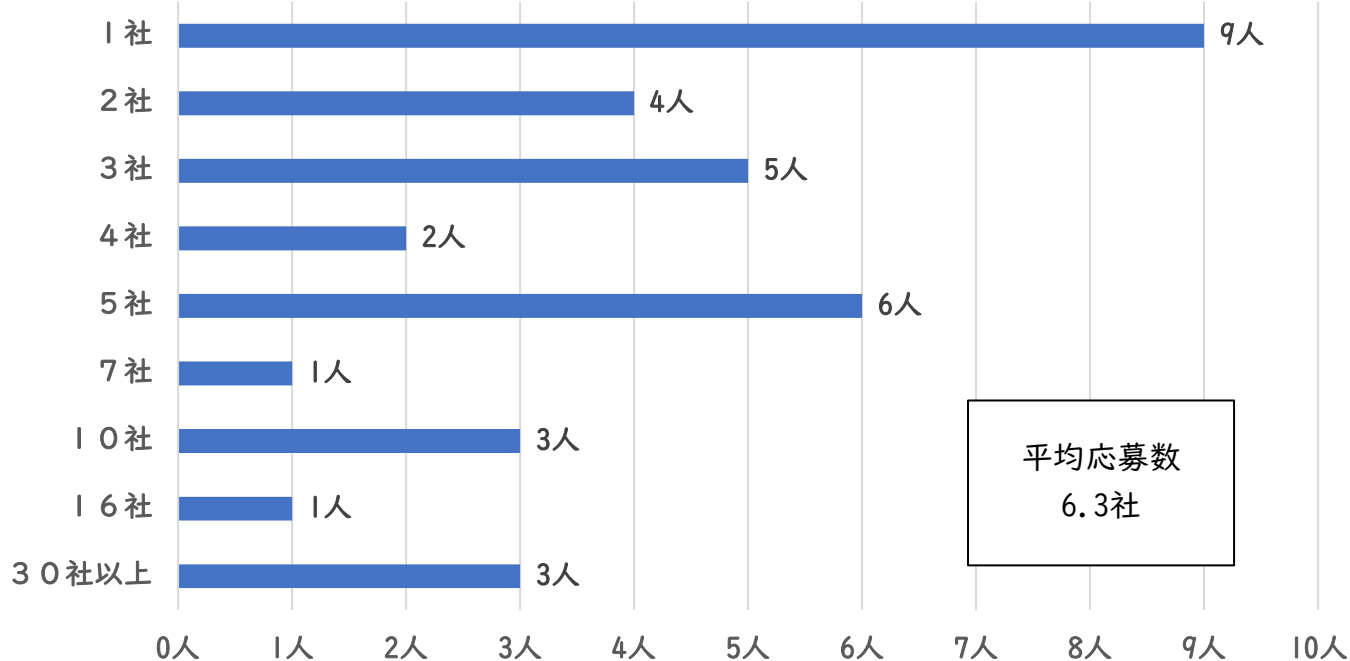
## 余暇支援アンケート調査結果

センター登録者間の情報交換の場として「茶話会」を企画していましたが、新型コロナウイルス等の影響によって開催することができない状況でした。そこで、皆様がお持ちの貴重な情報をアンケートで集計して紹介することで今後の就業生活のご参考にしていただきたいと思います。アンケート結果を集計しましたのでお知らせいたします。

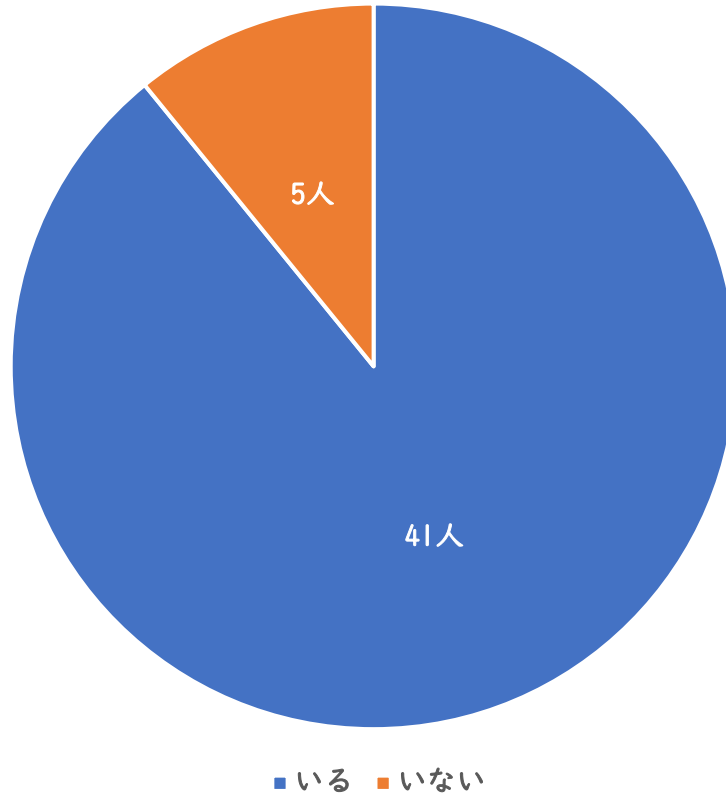
### 問1. 今の会社に何年在職していますか？（回答数46件）



### 問2. 今の会社に就職が決まるまでに何社応募しましたか？（回答数34件）



問3. 職場に相談できる人はいますか？（回答数46件）



問4-1. 仕事で困っている（いた）ことは？  
（回答数28件）

問4-2. （問4-1）の困りごとの解決方法は？  
（回答数26件）

困りごと	→	解決方法
マニュアルが無い為、口頭だけではなかなか業務が理解出来ない。短い期間の間に引き継ぎを完了させないといけない為、不安を感じる。	→	解決はしていないが自分でマニュアルを作っている。
不明点を質問できる方が少ない。	→	ネットで調べる。
色々ありわからない。	→	上司に相談。
過集中。	→	しっかり小休止をとる。
少しだけ、理解するのに時間がかかる。	→	メモをとる。もう一度同じことを聞く。
やる事がなくなって手が空くことがある。	→	上司と相談して、業務量の見直しをしてもらった。
仕事中に他の人の私語が気になって少し集中しづらいことがあった。	→	指導スタッフに相談して私語をするメンバー同士の席を離してもらった。
やれる仕事が減っている。	→	新しい仕事をもらって嫌な顔をしない。
少し時間が間に合いません。でも少しずつ頑張れるようになっています。	→	私が遅いのか仕事が多いのか分かりません。時間をうまく使っていけるようになっています。

困りごと	→ 解決方法
次のやる仕事が自分で分からなかった。時間内に終わらせることができなかった。	→ ノートを作って自分で次の作業をわかりやすくした。
放任主義で指示がないため、何をすれば良いか、どこまで独断で進めて良いか分からない。	→ <ul style="list-style-type: none"> <li>・必要なタイミングで「必要な作業があれば指示ください」とチャットする→指示がなければもう知らないという気持ちで。</li> <li>・相談できる人(直属上司)に対応について相談する。</li> </ul>
仕事(印刷作業)に使用する用紙が備品節約のため必要な量を買ってもらえず用紙不足が続いた。	→ 6年ぐらいで職場(物流センター)の長が異動したためか、会社の方針が変わったためか、また買ってもらえるようになった。
コミュニケーションがうまくいかない。作業把握していない。聴覚障害者という理解度が低い。	→ 会社のうち、手話ができる人と相談してもらっています。
口頭だけの業務指示で理解するのに時間がかかる。	→ 上司と相談して、メモで指示を出してもらうようになった。
口頭の指示が理解しにくい時がある。	→ 実際にやってみて、理解していく。
上司との関係。	→ 職場で話を聞いてもらったり、支援者に入ってもらったりした。
業務制限下のストレス。	→ 忙しいと不可。
難聴のため平社員(日本人)は私のことが面倒みたいですが数人の理解者が筆談してくれます。	→ —
入社して間もない時期は接客の抵抗がありました。	→ 周囲の方々と相談しながらマイペースに経験を積み、慣れていきました。
相談する人はいますが、いつも一方的な答えが返ってきます。意見は聞いてくれていますが、心にいつもモヤモヤが残ります。	→ —
去年7月配属されたばかりのころに覚えることが多く、難しいことがあり、頭がいっぱいになった時です。	→ 指導員と面談や振り返りの時に覚えるペースの配分や自分のペースで覚えれば大丈夫とアドバイスいただきました。
業務のスケジュールがどんどん前倒しになる。	→ 支援センター員をよんで会社面談で協議しています。
一緒に庶務をしている方と時々、コミュニケーションが取れず解らないことが聞きにくくなる。	→ 何を言われても、解るまで聞くようにしている。自分で乗り越えなければ無理と解釈したため。
自分でやっていいのかわからない。	→ わからない。
品物の名前を覚える、お客さんに品物の場所を聞かれると場所が分からないから困る。	→ 上司の指示はありません。

困りごと	→	解決方法
仕事の依頼時に目的を話してくれないので自分のやる事が実はまちがえていたりする。	→	仕事の依頼時に目的を聞く。目的を聞けば見通しが立てやすいと伝える。
今のところ困っていることはありませんが口頭だけの業務指示で理解しています。	→	上司と相談して、指示を出していただいている。

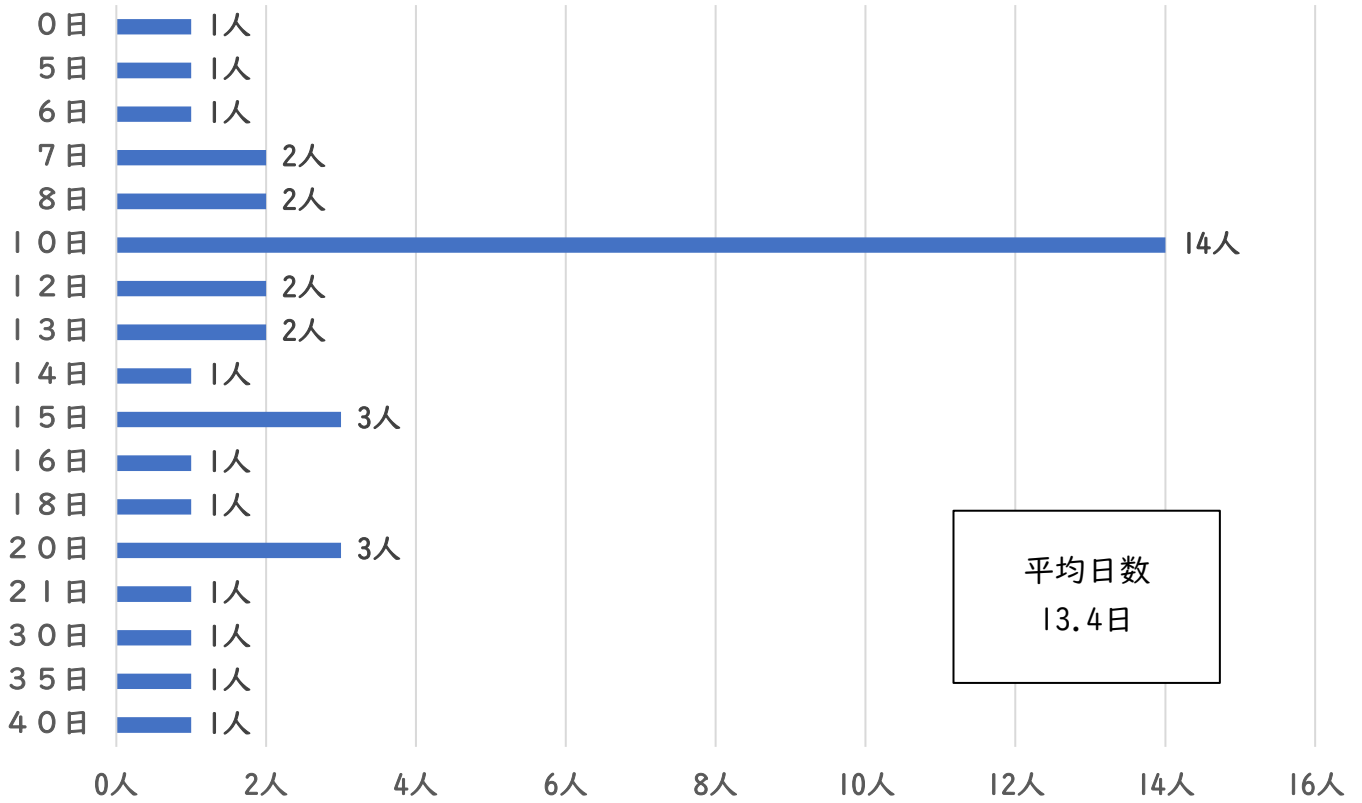
問5-1. 合理的配慮が必要な障害特性をご記入ください。(回答数28件)

問5-2. (問5-1)の障害特性に対してどのような合理的配慮を受けていますか(受けたい)?(回答数26件)

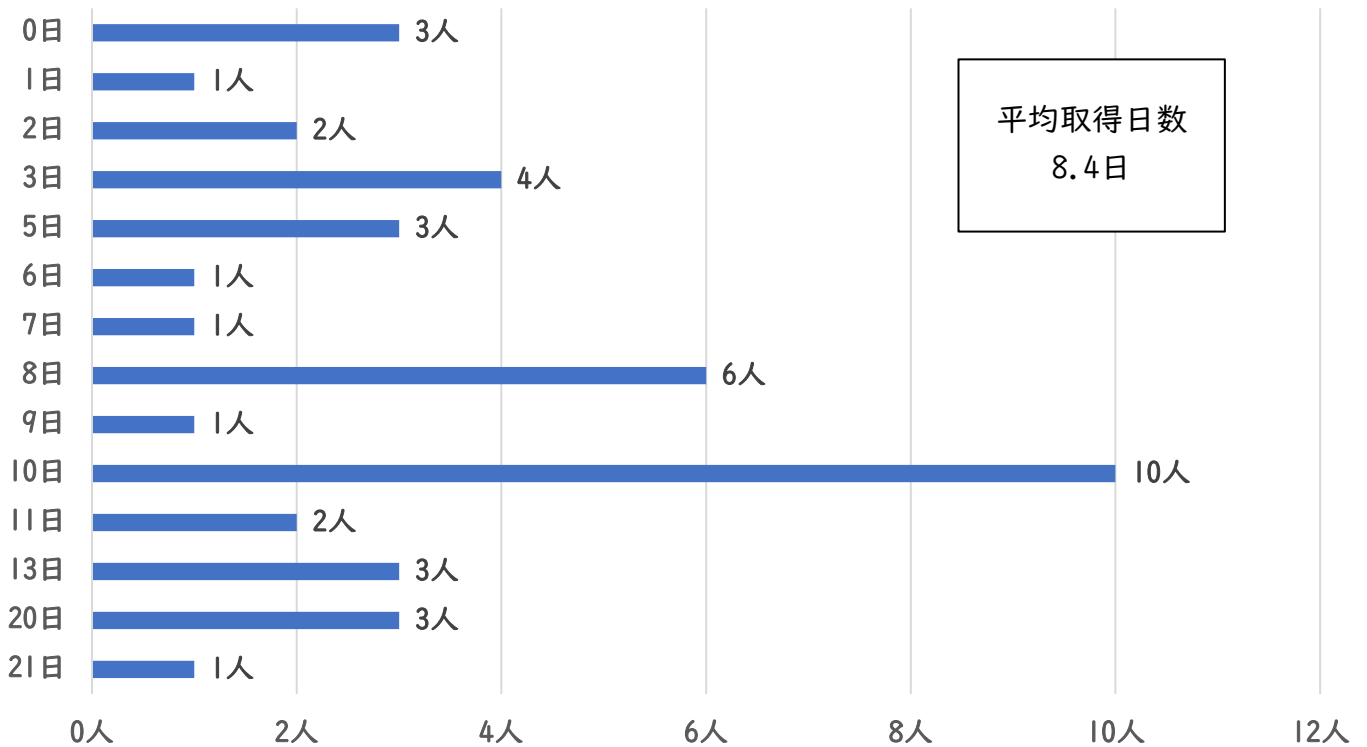
障害特性	→	合理的配慮
服薬による眠気、疲れやすい、不安要素に対して過敏に反応する。	→	適宜休憩を頂いている。不安については安心するような言葉をかけて頂いている。
薬の影響で睡魔に襲われることが多い。	→	薬をとる時間は許可いただいている。
脳梗塞による身体障害者。	→	1時間に1回休憩の時間をもらっている。
音が苦手・頑張りすぎてつかれやすい。	→	イヤフォン使用・指導員さんに注意してもらう。
疲れやすい。	→	6時間30分に1回休憩の時間をもらっている。
まだフルタイムで働けるほどになっていない。	→	週30時間労働からのスタートをさせてもらう。
疲れやすい。	→	12時～13時までの休憩をもらっている。
ストレスがたまりやすい、気分の切り替えが下手。	→	—
①話が長いと話の聞き漏らしが起きやすい。 ②業務中眠気が起きることがある。	→	①会話のときにメモを取り復唱させていただく。 ②あまりは休憩強い眠気の場合は休憩スペースなどで5～10分休憩をいただく。
新しい仕事に抵抗がある。	→	ていねいに教えているが、めんどくさそうである。
障害者ということを理解してくれているので特にはない。	→	—
ちょっと疲れやすい。	→	ゆっくりちゃんと仕事をするようにしている。
①休憩室の座席が定期的に配置替えがありますがスピーカー付近に座りたくない。 ②防災訓練の際の放送がこわい。(年1回) ③防災放送がこわい。(年1回)	→	①席から離れた席に固定していただきました。 ②初年度は有休を使用しました。(コロナ禍のため例年と進行が違いどうなるか分からなかったため有休を提案されました) ③耳栓をしています。
優先順位がつけられない。	→	1つ1つ終わったら都度指示をもらっている。
・お腹の不安がある。 ・役員などの位の高い人が苦手。 ・大人数の会議や集まりが苦手。	→	・常にトイレに行ける、離席できる環境で仕事させてもらっている。 ・上司に相談し可能な範囲で出欠を決めることができる。

障害特性	→	合理的配慮
疲れやすく生活リズムを作るのが難しい。	→	年中無休の職場なので健常者の人はシフト制の休日だが、土曜、日曜に公休を入れさせてもらっている。お正月も三が日は休ませてもらっている。
・疲れやすい。 ・口頭よりメモに書いて指示。 ・あいまいな言葉はよみとれない。	→	・やる手順のメモがある。 ・わからないことは聞く。
単純作業の時に疲れやすい。	→	集中力を保つために休憩をしっかり取るようにする。
対人ストレス	→	短時間勤務からスタート
わすれっぽい。	→	会社とグループホームで支援してもらっている。
・疲れやすい。 ・周りの人間関係が気になる。 ・人間関係が下手。	→	1ヶ月に1度、職場の心理士さんと面談することにしていて、その時にもやもやしていることなどを聞いてもらったり、アドバイスをもらっている。
・難聴→頭痛。 ・難病(もやもや病)暑いとのぼせる。	→	頭痛や耳鳴りがひどい時、のぼせた時はその時に早退させてもらっています。
1人で抱えこみやすい。気持ちが落ち込む。色々な事を言われたりするとパニックになりやすい。	→	面談の時間を作ってくれる
次々となだれの様におしつけられると、とっさに判断しても主観の相違から否定される。	→	朝一から昼までノンストップに現状。
・水分補給・休憩・集中しすぎる。 ・退社後も考え続ける。	→	・1時間に数分の休憩をもらっている。 ・パートの補助を続けている。 ・定時上がり及び終了前に業務を追加しない。
倦怠感、吐き気、下痢、耳鳴り、ふらつき、口渇	→	ひどい時は次室などで横にならせてもらっている。
思い込みが激しい。失敗か？成功か？の極端な考え方をする。質問されると内容を理解してふいに落ちるまで時間がかかる。	→	・1つ1つ指示を出してもらう。 ・1ヶ月に1回の通院許可。 ・1日4時間の短時間勤務。 ・定期面談の実施。
仕事はこういうものかと思いつつも9時～12時迄なので休憩時間はありません。	→	今は週2日 9時～12時まで働いていますが休み時間はありません。

問6-1. 有給休暇の日数は？（年間）（回答数38件）



問6-2. どのぐらい有給休暇を使いますか？（年間）  
（回答数41件）



### 問6-3. どのようなときに有給休暇を使用しますか？（回答数42件）

- ・ お正月
- ・ 怪我
- ・ 私用
- ・ ワクチン接種
- ・ 夏休み
- ・ 家の用事
- ・ 家族とでかけるとき
- ・ 健康診断
- ・ 家族の通院
- ・ 家族旅行
- ・ 土曜出勤日は会社として休みますが、有休を使用しての休み扱いとなる
- ・ 休職の時
- ・ 勤務時間の調整
- ・ 欠勤が多い場合
- ・ 当日欠勤する場合
- ・ リフレッシュしたいとき
- ・ 作業所の行事
- ・ 支援センターに相談があるとき
- ・ 集団でとる有休奨励のため
- ・ 祝日があまり無いとき
- ・ 家族の介護で家にいる必要のあるとき
- ・ 辛いとき
- ・ 精神不安
- ・ 体調不良
- ・ 通院
- ・ 会社から指定される
- ・ 疲れが溜まっていたとき
- ・ 平日にしかできない事務的手続き
- ・ 役所に用事があるとき
- ・ 友達と会うため
- ・ 旅行

### 問7. 工作中的の気分転換方法は？（回答数42件）

- ・ 外の空気を吸う、喫煙
- ・ コーヒーを飲む
- ・ トイレに籠もる
- ・ 昼休み、食べる
- ・ 散歩(昼食時)
- ・ ドリンクを飲む
- ・ 休憩室でぼーっとする
- ・ トイレに行ったり歩く
- ・ スマホを見たりすること
- ・ 水をのむ
- ・ ボーッとしている
- ・ 休憩時間中音楽を聴く
- ・ 冬は自動販売、夏は屋上
- ・ ゲーム
- ・ トイレに行く
- ・ お茶を飲む等
- ・ コーヒーをのむ、散歩する
- ・ 休み時間にコーヒーをのむ
- ・ 昼食
- ・ 1人でお茶を飲んで過ごしています
- ・ ラウンジで週刊誌を読む
- ・ コーヒー
- ・ 寝る
- ・ 飲み物を飲む
- ・ このようなことはないです
- ・ ただボーッとしている
- ・ チョコレートなど甘いものを食べる
- ・ 休憩時間をもらう(1日2~3回、10分程度)

## 問7. 工作中的気分転換方法は？（回答数42件）

- ・ トイレのため席を立つ、昼食を1人でとる
- ・ インスタグラムをみる、寝る、好きな曲を聴く
- ・ 4時間の短時間パート勤務のため特に必要なし
- ・ 有りません。会社で気分転換なんてできません
- ・ パソコン業務なので目が疲れると席を外し外を見に行ったりしています
- ・ コーヒーを飲む、スタッフとのコミュニケーション
- ・ 筋トレ(バーピー、スクワットなど)、ストレッチやマッサージ、深呼吸、身体中の力を抜いてボーとする、自分の夢や人生の目標について考えてみるなど
- ・ お昼休憩の時に、20分間ウォーキングしてリフレッシュする

## 問8. 休日のリフレッシュ方法は？（回答数47件）

- ・ DVD
- ・ ウォーキング
- ・ 一日寝て過ごしたり
- ・ 家族とお出かけ
- ・ YouTube
- ・ サイクリング
- ・ ゆっくりする
- ・ 家族と買い物に行く
- ・ ゲーム
- ・ ジムで運動
- ・ 家でのんびり
- ・ ショッピング
- ・ スマホ
- ・ ジムで水泳
- ・ 家で横になっている
- ・ 海、山に行く
- ・ テレビ鑑賞
- ・ ドライブ
- ・ 家族と過ごす
- ・ 人と会う
- ・ ネットサーフィン
- ・ ボウリング
- ・ 紅茶を飲んで一息つく
- ・ 日帰り旅行
- ・ パソコン
- ・ マッサージ
- ・ 寝る
- ・ 友人とライン
- ・ ビデオ鑑賞
- ・ ゴルフ
- ・ 掃除をする
- ・ 友人と会う
- ・ 音楽を聴く
- ・ マラソン
- ・ 目覚まし時計をかけないでゆっくりする
- ・ 友人と出かける
- ・ 動画をみる
- ・ ユニバーサルカーリング
- ・ 1人カラオケ
- ・ 読書
- ・ 運動
- ・ 1人で釣り
- ・ 映画鑑賞
- ・ 温泉
- ・ 1人で買い物
- ・ 筋トレ
- ・ カフェ
- ・ 散歩
- ・ カメラ
- ・ 有酸素運動
- ・ カラオケ



問9. 相談ごとがある時に活用している相談機関、相談者は？（回答数43件）

- ・ 家族
- ・ 父
- ・ 母
- ・ 兄
- ・ 弟
- ・ 妹
- ・ 義妹
- ・ 友人
- ・ 世話人
- ・ 会社の指導員
- ・ 会社の社員
- ・ 会社の上司
- ・ 会社の人事部
- ・ 会社の心理士
- ・ 店長
- ・ web上のカウンセリング
- ・ カウンセラー
- ・ 主治医
- ・ 通院中のメンタルクリニック
- ・ 病院
- ・ 訪問看護師
- ・ 朝霞市役所消費生活センター
- ・ 埼玉県救急電話相談
- ・ 市役所
- ・ 就労移行支援事業所
- ・ 障害福祉課
- ・ スワン
- ・ 特別支援学校の先生
- ・ はあとびあ障害者就労支援センター
- ・ はあとびあ障害者相談支援センター
- ・ ハローワーク
- ・ リライト

問10. 就職活動の時、活用している(した)求人サイト、職業紹介事業所は？  
(回答数43件)

- ・ ハローワーク
- ・ atGP
- ・ doda
- ・ アイデム
- ・ クローバーナビ
- ・ ゼネラルパートナーズ
- ・ アビリティワークス
- ・ 特別支援学校
- ・ 学校
- ・ 埼玉障害者職業センター
- ・ 練馬区障害者就労支援センターレインボーワーク
- ・ 就労支援センター
- ・ 埼玉県障害者雇用総合サポートセンター
- ・ 東京都立中央城北職業能力開発センター板橋校
- ・ はあとびあ
- ・ しごと財団の面接会
- ・ 障害者バンク
- ・ 父からの朝霞福祉の紹介です

## 問11. 利用している障害福祉サービスは？（回答数32件）

- ・ 居宅介護
- ・ グループホーム
- ・ 生活訓練
- ・ 朝霞市福祉相談課
- ・ すずのきクリニック
- ・ デイケア
- ・ はあとびあ
- ・ はあとびあ障害者就労支援センター
- ・ 自転車駐輪場使用料の免除
- ・ 市内循環バス特別乗車証
- ・ 自立支援医療制度
- ・ わくわくドーム利用料免除

## 問12. 朝霞のおすすめスポットは？（回答数33件）

- ・ ガズル(ネパール料理)
- ・ カフェ スワン
- ・ 舎鈴(つけ麺)
- ・ そば処 吾平
- ・ 中華蕎麦 瑞山
- ・ ナマステ朝霞
- ・ はなまるうどん
- ・ 星乃珈琲店
- ・ ミヤマ珈琲
- ・ むさしの森珈琲
- ・ 門左衛門(味噌ラーメン)
- ・ アサカベーカリー
- ・ カインズ
- ・ カインズのペットショップ
- ・ サンメリー(パン屋)
- ・ パスティーユ(洋菓子)
- ・ ブランシュ・ネージュ(洋菓子)
- ・ 和光のヨーカドー
- ・ 朝霞水門
- ・ 朝霞図書館
- ・ 朝霞の岡城跡
- ・ あずま湯のサウナ
- ・ 家
- ・ 黒目川
- ・ 黒目川沿いの桜
- ・ 公園
- ・ 彩夏祭
- ・ 自衛隊
- ・ 城山公園
- ・ シンボルロード
- ・ 中央公園近くのイルミネーション
- ・ 中央公園陸上競技場
- ・ 志木市役所→宮戸橋の新河岸川沿いを歩く

### 問13. 障害者手帳の種別は？（回答数48件）

