



大好きな色  
です！

タイトル字:小学部3年 井上 要さん



北海道教育大学附属特別支援学校 進路部だより  
2024年6月7日 第2号発行

## ルーティン崩し

「ルーティン」とは、ご存じの通り毎日の生活の中で習慣化された行動パターンのことを言います。歯磨き、洗顔、手洗い、入浴、排泄、起床・就寝など、ルーティンが形成されると、自分自身の行動が予測しやすくなり、生活のリズムが整うといった効果があります。また、「ルーティン」は型にはまった決まりきった行動を意味することもあります。ルーティンに対するこだわりが強くなると、独自の行動パターンを変更することが難しくなり、困ることもあります。それゆえ、ちょっとずつ変化を設けながら、これしかやらない、ここでしかできないといったこだわりを崩すことが必要になります。このように「ルーティンをつくる」、「ルーティン（こだわり）を崩す」という相反するような支援が同時に行われるわけですが、どのタイミングで「ルーティン（こだわり）崩し」が必要になるのでしょうか？



先日、卒業生が利用している事業所を訪れた時のことです。事業所の職員の方が「在学中に、昼食後に歯磨きをするというルーティン（こだわり）を崩してもらえないでしょうか」と言うのです。事業所での昼休憩はおおよそ1時間、この時間に食事をとったり、休息したりします。学校とは違い、歯磨きをするスペースが限られているので、誰かが歯磨きで洗面台を占有していると大行列になってしまいます。卒業後も食後の歯磨きのルーティン（こだわり）を崩すことが難しく、事業所では困った状況になっているそうです。現場実習を機に（この期間だけでも）、ルーティン（こだわり）を崩す取り組みができないものかといったお話でした。生活介護の事業所では、食後の歯磨きを行っていることが多いのですが、就労支援を行っている事業所では、昼食後の歯磨きは個人の判断に任されているか、特段推奨していないところが多いように感じます。もちろん対応は、事業所によってそれぞれなので、一概に言えることはありません。

どのタイミングで、「ルーティン（こだわり）崩し」ができるのでしょうか？子どもにとって、そうすることが必要だと思えるタイミングが取り組みやすいように感じます。環境が変わるタイミングは、子どもが必要を感じ、チャレンジしやすい時だと言えます。現場実習を例に挙げると「学校では歯磨きをするけれど、働く場では歯磨きをしません」というようなことが腑に落ちやすかったりします。「ルーティンをつくる」タイミングも同じことが言えます。ルーティンをつくることもルーティン（こだわり）を崩すことも、子どもにとってはチャレンジすることだからです。今までやっていないことをやるのは、子どもにとって不安だったり、自信がなかったり、恥ずかしかったり、実行するには勇気がいることです。環境が変わるタイミングは、必要を感じやすい分、チャレンジしようという気持ちが高まっているのかもしれない。

5月に高等部では現場実習が行われました。不安いっぱいの子を見て、保護者の皆さんは助けてあげたい気持ちをぐっと我慢し、背中をおして職場へ向かわせてくれたことだと思います。その背中を押す勇気のおかげで、子どもたちはチャレンジして達成感を味わい、ひとまわり成長することができました。

ルーティンづくりもルーティン（こだわり）崩しも、ここぞと言うタイミングで、背中を押す勇気が鍵になるのかもしれない。  
(文責：高等部進路 笠井)

# 本校卒業生の主な進路先(しょうがい福祉サービスを利用した日中活動)



「生活支援」と「就労支援」は福祉サービスの種類がちがひ、それぞれの目的に応じたサービスが提供されます。また、支援にあたる職員の数がちがひます。事業所によって利用できる人数が決まっているため、定員に達している場合は希望しても利用できないこともあります。



## 自立した日常生活を送るためのサポート(生活支援)

### 生活介護(生活介護事業所)

身体機能の維持や向上、社会活動への参加促進、生活の自立に向けたサービスの提供

**工賃なし** 生産活動を行っている場合、工賃が出る場合もあります。

【主な活動(例)】※事業所によって異なります。

余暇活動(ウォーキング、運動、ダンス、制作活動、ゲームなど)、軽作業(織物、手芸、切手の分別、箱の組み立てなど)、自立課題

利用者 3~6 人に支援者 1 人 ※障害区分によって異なります。

就労継続支援 A 型や就労継続支援 B 型から一般就労へとステップアップする人もいます。就労継続支援 B 型から生活介護に移行するケースもあります。ライフステージにおける変化に応じて、ご本人の希望や適応状況に合わせ、ご本人が安心して過ごせるよう日中活動の場(福祉サービス)を変更することもあります。

多機能型事業所とは、生活介護事業所と就労継続支援 B 型、就労移行支援と就労継続支援 B 型など、障がい福祉に関する 2 つ以上のサービスを提供している施設(事業所)を指します。



## 働くことをサポート(就労支援)

### 就労移行支援

#### (就労移行事業所)

一般企業への就労をめざして、働くために必要な就労スキルを学ぶための支援

**雇用契約なし**

**基本的に工賃なし**

**利用できるのは最大 2 年間**

※2 年以内に一般就労や就労継続支援などに移行します。

【主な作業(例)】

- ・事業所での作業(施設内作業)
- ・施設外での作業  
事業所の職員同行のもと、職場に出向いて作業を行うなど、多様な内容。

### 就労継続支援※A 型と B 型がある

継続的な就労をめざして、実際に働く場所を提供する支援

#### 就労継続支援 A 型

##### (就労継続支援 A 型事業所)

雇用契約に基づいて働くことができる人が対象

**雇用契約あり**

**給料**

【主な作業(例)】

弁当作り、食堂の調理、ホテルの室内清掃、データ入力、ネット販売、受注作業など多様な内容

#### 就労継続支援 B 型

##### (就労継続支援 B 型事業所)

雇用契約を結ばずに、自分のペースで利用する人が対象

**雇用契約なし**

**工賃(時給)**

【主な作業(例)】

軽作業、パン・菓子製造、アクセサリ・手芸品づくり、リサイクル(分別作業)、清掃など多様な内容

一般就労とは？

障がいのある人が企業や官公庁で働くこと(法定雇用率の対象)

利用者 7.5 人または 10 人に対して支援者は 1 人  
※法律で人員配置基準が定められています。

本校卒業生の進路先(日中活動の場)で一番多いのが、就労継続支援 B 型事業所です。本校高等部での作業学習(受注)や 1 年生で行う校内実習は、就労継続支援 B 型事業所での軽作業を想定して行っています。今回は概要をお知らせしました。次回以降、福祉サービスの種類ごとに事業所の特徴をお伝えします。