



に・じ・い・ろ



ごあいさつ

ねりまくしょうがいしゃしゅうろうしえん
いつも練馬区障害者就労支援センター レインボーワークの事業にご
きょうりょく
協力いただきありがとうございます。

あたらねんどむかあたらしよくいんくわ
新しい年度を迎え、新しい職員も加わりました。レインボーワーク
いちがん
一丸となって、みなさんの働く環境を整えられるよう支援していき
たいと思います。

さくねんつづしんがた
昨年から続く新型コロナウイルス感染症の感染拡大や令和3年3月の
しょうがいしゃほうていこよりつひあ
障害者法定雇用率引き上げ、多様な人材の雇用など、障害のあるなしに
かか
関わらず、わたしたちの働く環境は、変化しています。



しゃかいじょうきょうみきわ
社会の状況を見極めながら、働くことを希望するみなさん
ひとり
一人ひとりにあった環境をご一緒に整えていきたいと考
えています。

ちやくようしゅししょうどくひまつほうしょう
マスクの着用や手指の消毒、飛沫防止用のパネルなど、
かんせんしょうたいさくひつようひびつづ
感染症対策が必要な日々が続きますが、マスクの下では笑顔
わす
を忘れずに、一日一日を大切に過ごしていきましょう。



ねりまくしょうがいしゃしゅうろうしえん
練馬区障害者就労支援センター レインボーワーク

しよちようやまおかたえ
所長 山岡 多恵

れいわ ねんど 令和3年度 レインボーワークの体制について

しよちょう やまおか た え
所長 山岡 多恵

<Aチーム>

しゅうしょく ていちゃくしえん
就 職 ・ 定 着 支 援
しゅにん なかだいら わ か こ
主任 中 平 和 嘉 子
こばやし こういち
小林 孝 一
こぐれ さちこ
木 暮 幸 子
ばもと ゆうこ
場 本 裕 子
たじり ゆ き こ
田 尻 祐 紀 子
てしろぎ のりこ
手 代 木 紀 子
あらき か ほ
荒 木 香 穂

<Bチーム>

しゅうしょく ていちゃくしえん
就 職 ・ 定 着 支 援
しゅにん おやま さとし
主任 小 山 智 史
やぶ き み か
藪 木 美 加
さかきばら さおり
榊 原 沙 織
まるやま たかあき
丸 山 孝 明
いのうえ る り な
井 上 瑠 璃 菜
よしだ あや
吉 田 彩
みやもと ゆ み
宮 本 由 美

<Jチーム>

きぎょうかいたく きょうどうじゅちゅう
企 業 開 拓 ・ 共 同 受 注
ていちゃくしえん おち く ない
定 着 支 援 (主 に 区 内)
しゅにん は せ が わ けん
主任 長 谷 川 謙
ねぎし そうきち
根 岸 壮 吉
まつなが みどり
松 永 緑

りんじしょくいん あらい ひろこ
臨 時 職 員 新 井 裕 子

こんねんど こぐれ さちこ たぶしよ いどう ちゃくにん さかきばら さおり あたら にゅうしょく
※今年度より木暮 幸子が他部署からの異動で着任、榊原 沙織が新しく入職いたしました。
ふちわき やすひこ たいしよく あさだ たえこ たぶしよ いどう
また淵脇 康彦は退職、麻田 妙子は他部署に異動となりました。

こんねんど ねが
今年度もよろしくお願いいたします。

じぶん はたら 自分らしく働くために [ストレスマネジメント 第4回]

こんかい たいしよほうほう つた
今回は、ストレスへの対処方法「ストレスコーピング」についてお伝えします。

お し く げんいん しげき う ところ からだ ぼうぎよはんのう
ストレスが起きる仕組みは、ストレスの原因となる刺激（ストレッサー）を受けると心や体が防御反応
お はんのう せいぎよ しんしん さまざま えいきょう で
を起こし（ストレス反応）、うまく制御できないと心身に様々な影響が出ます。

この「ストレッサー」へうまく対処していかうとすることがストレスコーピングです。

ストレスコーピングには、大きく分けると以下の2つがあります。

- ストレスの原因（ストレッサー）にはたらきかけていく方法…問題焦点型
- ストレスの受け取り方（考え方や感じ方）にはたらきかけていく方法…情動焦点型

じごう ないよう くわ せつめい
次号からそれぞれの内容について詳しく説明していきます。

かん げんいん ひと ちが かん ほうほう ばめん ひと
ストレスを感じる原因が人によって違うように、ぴったりと感じるコーピング方法も場面や人によって
ちが さまさま しゅだん じゅんび はや たいしよ だいじ
違ってきます。まずは様々な手段を準備しておくこと、早めに対処していくことが大事です。

さんこう こうせいろうどうしやう せいかつしゅうかんびやうよほう けんこうじやうほう
■参考URL：厚生労働省 生活習慣病予防のための健康情報サイト

<https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/information/dictionary/exercise/ys-068.html>





ネリー&こぶしちゃんの

「はたらく人の法律ワンポイント」勉強会 第4回



ネリー

こぶしちゃん



はる 春になって、^{あた}新^ししくお仕事^しについて^ひた人も^といるんじゃないかな？おめでとうございます！



そうだね、^{あた}新しい^し職場^{きんちよう}で緊張^おすると思うけれど、^{あた}新しい^し仕事^しをするにあたって^{かく}確認^{にん}しなければいけないこともあるよね。



お昼^{ひる}ごはんは^{なん}何時^じから^た食べるのか、とかかな？



それも^しそうだけど、^しまずは^しお仕事^しよね…。そして^{ろう}「労働^{どう}契約^{けいやく}」の^{かく}確認^{にん}を^{わす}れずにね。おおまかにいうと、^は働く^ひ人^ら（^{ろう}労働^{どう}者^{しや}）が^は「働^はきます」、^{かい}会社^{しや}側^{がわ}が^{ちん}「賃^{しん}金^{ぎん}を支^し払^はいます」という^{やく}約^{そく}束^{そく}をする^{こと}よ。



労働^{ろう}は^{けい}「契^{やく}約^{やく}」なんだね。そういえば僕^{ぼく}も、初^はめに出^{しゅ}勤^{つきん}した日^ひに書^{しよ}類^{るい}にハンコを押^おしたなあ～。



それは^こきつと^{よう}「雇^{けい}用^{やく}契^{やく}約^{やく}書^{しよ}」だね。雇^こ用^{よう}契^{やく}約^{やく}、すなわち^{やく}約^{そく}束^{そく}をする^{とき}には、^{かい}「会^し社^や側^{がわ}が^{ない}その^{ない}内容^{よう}（^{ろう}労働^{どう}条^{じょう}件^{けん}）を、^{げん}原^{げん}則^{そく}として^{しよ}書^{めん}面^{めん}で示^{しめ}さなければ^いいけない」と^{ろう}労働^{どう}基^き準^{じゆん}法^{ほう}第^{だい}15^{じよう}条^{じよう}で決^きまっ^てい^るんだよ。



雇^こ用^{よう}契^{やく}約^{やく}書^{しよ}には^どど^んな^かこ^が書^かれて^いる^のか？



おお 大き^おくは^{つぎ}次^{つぎ}の6⁶つだよ。



①契^{けい}約^{やく}は^いいつ^げまで^か…「〇^〇か^か月^{げつ}契^{けい}約^{やく}」の^きよ^{かん}間^{かん}が^ある^のか、それ^もと^も無^む期^き雇^こ用^{よう}か。

②契^{けい}約^{やく}更^{こう}新^{しん}について…①で^こ雇^こ用^{よう}契^{やく}約^{やく}の^きよ^{かん}間^{かん}を^さ定^{てい}めて^いる^ばあ^いひ、^{こう}「更^{こう}新^{しん}の^う有^む無^む」や^{こう}「更^{こう}新^{しん}の^{はん}判^{ぱん}断^{だん}の^{しか}仕^か方^{かた}」に^かつ^いて^か書^かれて^いる^よ。

③仕^し事^じを^{する}場^ば所^{じよ}・仕^し事^じの^{ない}内^{ない}容^{よう}

④勤^{きん}務^む時^じ間^{かん}や^{やす}休^{きゆう}息^{けい}・休^{きゆう}日^{じつ}など^につ^いて…^{しよ}職^{しよ}場^ばに^よつ^て様^{さま}々^{さま}だ^けど、^きち^{ちん}と^と定^{てい}め^られ^るよ。

⑤賃^{ちん}金^{ぎん}（^き給^{きゅう}料^{りょう}）…賃^{ちん}金^{ぎん}の^け決^け定^{てい}、^{けい}計^{けい}算^{さん}や^し支^し払^はい^の方^{ほう}法^{ほう}、^{しめ}締^{しめ}切^きり^と支^し払^はい^の時^じ期^き（^{毎月}毎月^{げつ}〇^〇日^{にち}、^など）

⑥辞^やめ^める^とき^のき^まり…^{たい}退^{たい}職^{しよく}する^とき^のト^らブ^ルを^ふ防^せぐ^ため^にも^{たい}大^{たい}切^{せつ}だ^ね。



求^{きゆう}人^{じん}票^{ひよう}に募^ぼ集^{しゆう}条^{じよう}件^{けん}が^か書^かれて^いる^けれ^ど、^あく^まで^契約^{やく}時^じに^約束^{そく}した^{ろう}勞^{らう}働^{どう}条^{じよう}件^{けん}に^きづ^くの^で、^{かく}確^{かく}認^{にん}が^{たい}大^{たい}切^{せつ}だ^ね。



僕^{ぼく}は⑤の^{ちん}賃^{ちん}金^{ぎん}は^{ぼく}「^{ぼく}牧^{まき}草^{そう}を^お桶^{ばい}60^{ぶん}杯^{ぱん}分^{ぶん}」が^いい^なあ。



残^{ざん}念^{ねん}だ^けど、^{ろう}労働^{どう}基^き準^{じゆん}法^{ほう}第^{だい}24^{じよう}条^{じよう}で^{ちん}賃^{ちん}金^{ぎん}は^{げん}原^{げん}則^{そく}と^{して}通^{つう}貨^か払^はい、^すな^わち^{げん}現^{げん}物^{ぶつ}支^し給^{きゅう}は^{でき}ない^と決^きま^って^いる^のよ～（^{でも}でも^ネネリー^の場^ば合^あは^いい^のか^しら…）。

• 本文^{ほん}監^{ばん}修^{しゆ}：^おオ^フィ^スヤ^マキ ^と特^{とく}定^{てい}社^{しゃ}会^{かい}保^ほ険^{けん}勞^{らう}務^む士^し ^や八^や巻^{まき} 裕^ゆ香^か
• 参^{さん}考^{こう}URL：^し「知^ちっ^て役^{やく}立^だつ^{らう}勞^{らう}働^{どう}法^{ほう}」（^{こう}厚^{こう}生^{せい}勞^{らう}働^{どう}省^{しやう}）
<https://www.mhlw.go.jp/content/000750875.pdf>

〇●〇 レインボーワークからのお知らせ〇●〇

雇用^こ支^し援^{えん}月^{げつ}間^{かん}

- 働^はく^{しょう}障^が害^{がい}者^{しや}パ^{てん}ネル^{てん}展^{てん}… 9月 7日（火）～14日（火）
- 自^じ主^{しゆ}生^{せい}産^{さん}品^{ひん}販^{はん}売^{ばい}会^{かい}… 9月16日（木）・17日（金）
- 講^{こう}演^{えん}会^{かい}… 9月30日（木）午^ご後^ご

- 練^ね馬^ま区^く役^{やく}所^{じよ}ア^アトリ^{トリ}ウ^ウム
- 練^ね馬^ま区^く役^{やく}所^{じよ}ア^アトリ^{トリ}ウ^ウム
- コ^ココ^コネ^ネリ ^ね練^ね馬^ま駅^{えき}（^練練^ね馬^ま駅^{えき}）



トピックス ようごかいせつ
TOPICS:用語解説 【ナチュラルサポート】

このコーナーでは障害者雇用にかかわる用語や情報についてお伝えします



ナチュラルサポートとは？

…障害者雇用で就労する際に、職場の人から自然に受けられるサポートのことを指します。

ナチュラルサポートは以下の2つに分けられます。

【1】手助けする、教える、指示するなどの直接的サポート

(例)仕事のやり方がわからなくなって困っていた時、たまたま、そばを通った従業員が次に

やるべき仕事を教えてくれた。

【2】誉める、励ます、微笑むなどの心理的サポート

(例)1日の仕事終わりに、職場の上司が「今日はよくがんばったね」と誉めてくれた。

職場からのサポートが得られると、安心して働くことができますね。



※参考URL:

https://www.jstage.jst.go.jp/article/jsvr1987/13/0/13_0_25/_pdf/-char/ja

練馬区社協会員を募集中！

練馬区社協では、地域福祉を推進する活動にご賛同いただき、社協を支えてくださる練馬区社協会員を募集しています。

会員のみなさんには「ねりま社協だより」(年3回発行)をお送りし、地域の情報や活動内容をお知らせしています。

《年会費(一口)》

正会員(個人) 500円以上 ・ 特別会員(個人) 3,000円以上

団体会員(企業・団体等) 5,000円以上

詳しくは、レインボーワークの職員にお問い合わせください。

※会費は地域福祉活動の推進や成年後見制度の利用促進、

災害ボランティアコーディネーターの育成講座などに使われています。



発行 令和3年(2021年)5月

社会福祉法人練馬区社会福祉協議会 練馬区障害者就労支援センター(レインボーワーク)

〒176-0012 東京都練馬区豊玉北5-14-6 新練馬ビル5階

TEL: 03-3948-6501 FAX: 03-3994-1224

ホームページ <https://www.neri-shakyo.com/>

メールアドレス rainwork@agate.plala.or.jp

練馬区社協 facebook

