

就労継続支援 A 型事業所における利用者の知識・能力向上に係る実施状況報告書

事業所名	就労支援おなか元気
住所	久留米市久留米市東町30-19-2階
電話番号	090-7210-9375

事業所番号	4012702769
管理者名	宮崎 慎太郎
対象年度	令和5年度

利用者の知識・能力向上に係る実施概要

利用者の知識・能力向上に係る実施概要	
<p><活動内容></p> <p>①食生活・生活リズム改善研修 ②認知行動改善研修 ③食育研修会 吉田俊道氏 ④精神科 樺沢紫苑氏 研修会</p>	<p><活動の様子></p>  <p>樺沢紫苑氏 研修会</p>  <p>食生活改善研修</p>
<p><目的></p> <ul style="list-style-type: none"> 本人の課題解決 自己理解、就労への意欲向上 セルフケア、生活リズムを整える 	 <p>吉田俊道氏 研修会</p>  <p>食改善資料</p>
<p><成果></p> <p>実施した結果 体調不良の方が減った。</p> <p>得られた成果 出勤率が上がり、落ち込んで立ち直るのが早くなった。</p> <p>課題 春や秋といった気温差がある時に体調不良の方が増える傾向。</p>	

連携先の企業や事業所等の意見または評価

<p>連携した結果に対する意見または評価</p> <p>講演会を実施し、利用者の方に参加してもらったことで自分の生活習慣や考え方を見直すきっかけになったよう。</p> <p>今後の連携強化に向けた課題</p> <p>体調管理を通して一般就労に向けた意欲向上につながる関わり</p>	
連携先企業（担当者）	若江武

利用者からの意見・評価

<ul style="list-style-type: none"> 甘いジュースや脂が多いものばかりでなく、玄米や味噌汁といった発酵食品や体に良い食品を食べることで身体が健康になるだけでなく気持ちも前向きになることを知った。 樺沢紫苑氏の講演会を聞いて、困ったときに何も話したくなる時があるが意思を伝えて理解してもらうことが大事だと気づかされた。 寝る前にポジティブ日記を書くことで朝の目覚めが良くなり、仕事に前向きにいけるようになった。
