

## 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	self-A・CPF上田	事業所番号	2010301063
住所	長野県上田市天神1-8-1上田駅前1F-2	管理者名	小林隆泰
電話番号	0268-71-5559	対象年度	2025年度

## 利用者の知識・能力向上に係る実施概要

<p>&lt;活動内容&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●活動場所 : self-A・CPF上田 (まちなかキャンパス)</li> <li>●実施日程 : 2025年12月15・22日</li> <li>●実施した利用者の知識・能力向上に係る実施の概要 : 精神的な苦しさや気分の沈みがある時に、自分自身で元気を維持・回復するために作成する「自分のための取扱説明書」のようなプログラムを学んでいく</li> <li>●参加利用者 : 28名 : 事前に参加希望を募る</li> </ul>	<p>&lt;活動の様子&gt;</p>  
<p>&lt;目的&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●利用者の知識・能力向上に係る実施のねらい : 一般就労を意識していく中で毎日を自分らしく元気に過ごし、調子を崩したときに自分で対処できるようにすること。</li> <li>●利用者にとってのメリット : 専門家から学ぶことで正確で具体的な対処方法を得る事が出来る。</li> </ul>	
<p>&lt;成果&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●実施した結果 : 自分の人生に対する「希望」や「自己責任」の意識が高まり、リカバリーのスコアが向上する傾向がある。</li> <li>●得られた成果 : 抑うつや不安の症状が有意に減少する。</li> <li>●課題点</li> </ul>	

## 連携先の企業や事業所等の意見または評価

<ul style="list-style-type: none"> <li>●連携した結果に対する意見または評価 : 専門家のアドバイスを待つ受動的な姿勢から、「自分のことは自分が一番知っている」という自信を持ち、主体的に人生を選択し始める姿に最大の成果を感じます</li> <li>●今後の連携強化に向けた課題 : 病院だけでなく、地域の保健所、福祉作業所、ピアグループが連携し、本人がどの場所においても同じ「元気に役立つ道具」を使えるようなシームレスな支援体制。</li> </ul>	<p>連携先企業 (担当者)</p> <p>秋山紅葉・塩入ねり</p>
---	-------------------------------------

## 利用者からの意見・評価

<ul style="list-style-type: none"> <li>●参加した利用者からの意見・評価 : M・Hさん 「自身でも自覚していない障がいによる特性に向き合う事ができ、一般就労への希望が持てるようになった」 : H・Sさん 「障害による悩みへの向き合い方をわかりやすく学ぶことが出来た」</li> </ul>
--