



**さとみんの編集後記♪**

街にイルミネーションが輝き、心も華やぐ季節となりました。今年も一年、皆さまに支えられながら活動続けることが出来ました。就職に向けての訓練の結果、受講生4人の一般就労内定が決まり、多くの方々の応援や関係機関の皆様のご支援に感謝の気持ちでいっぱいです。来年もどうぞよろしくお願いいたします。

[ホームページ](#)
[ブログ](#)
[フェイスブック](#)
[インスタグラム](#)
[ユーチューブ](#)

**ユニカレさがは障害がある人が就労を通して幸せになれる支援を通しSDG s の達成に貢献します**

**ユニカレさがの約束**

●目標 4「質の高い教育をみんなに」

ターゲット 4.5「教育における障害者があらゆるレベルの教育や職業訓練に平等にアクセスできるようにする」ために、年間40名以上の障害者への学習機会を提供します。

●目標 10「人や国の不平等をなくそう」

ターゲット 10.2「障害に関わりなく、すべての人々の能力強化及び社会的、経済的及び政治的な包含を促進する」ために、毎年5名以上の企業などへの一般就労を実現します。

●目標 8「働きがいも経済成長も」

ターゲット 8.5「障害者の、完全かつ生産的な雇用及び働きがいのある人間らしい仕事、ならびに同一労働同一賃金を達成する」ために、年間10名以上の障害者がある人それぞれに、ベストマッチの就労を実現します。

SDGs( 持続可能な開発目標 )

SDGsは2015年9月の国連サミットで採択されたもので、国連加盟193か国が2030年までに世界が抱える問題を解決し、持続可能な社会をつくることを約束しました。そのための17の目標と169のターゲットが設定されています。

**ユニカレさが**

SAGA

就労移行支援・自立訓練(生活訓練)

佐賀市駅前中央1丁目13-5 ひかり駐車場 1階南

佐賀駅バスセンター 徒歩1分

0952-20-1555

お問合せ 月～金曜日 9:30～17:00

e-mail:info@unicolsaga.or.jp

**本校**

自立訓練(生活訓練)

佐賀市神野東2丁目1-3 サンシティビル 3階

佐賀駅北口 徒歩1分

2026 年もよろしくお願いいたします！

**Newsletter**

Send from ユニカレさが

発行元：ユニカレさが 発行月：2025 年 12 月 発行責任者：角田さとみ

No.56

# 第 45 回全国アビリンピック出場

10月17日(金)～19日(日)までの3日間、第45回全国アビリンピック(障害者技能競技大会)が、昨年と同じく愛知県国際展示場(Aichi sky Expo)で開催されました。全25種目の競技に47都道府県から401名の選手が出場し、日頃培った技能を競いました。ユニカレからはワードプロセッサ部門と表計算部門に出場。表計算は36人、ワードプロセッサは42人と招待選手3人(過去の金賞受賞者)が参加。ワードプロセッサ部門は世界大会(2028年日本・愛知県で開催)の選考会も兼ねていたため、特に緊張した雰囲気となっていました。出場された2人は、大きな会場に驚きいつもと違うPC環境に緊張感はありましたが、全国大会に向けて日々取り組んできた事を活かし、落ち着いて取り組むことができていました。競技後のほっとした表情が印象的で、2人にお疲れ様でした！の声をかけました。

県庁で行われた佐賀県選手団の結団式に参加しました。

会場を背にパチリ。緊張もしていますが笑顔の二人。

平田さん(表計算)

今回の全国大会では、やはり全国の壁って大きいなあと思うくらい問題のレベルが高かったです。しかし分からないなりに最後まであきらめず取り組むことができ、良い経験になったとつくづく感じました。變知に住む家族と会う機会もあり、とても楽しい時間を過ごすこともできました。

藤瀬さん(ワードプロセッサ)

今回全国大会に出ることができて、とても良い経験になりました。本番は緊張したし、作業量の多さに圧倒されましたが、練習の時に先生や前回出場の松本さんからアドバイスを沢山もらっていたので、一つひとつ丁寧に取り組むことができて、今後の自信にもなりました。



## ■ 今月の本校の授業 ■

### 就職実践コース

#### 運営力 企画力



秋から冬にかけ、合同面接会・クリスマス会の企画運営と、実践コースにとって繁忙期の時期でした。合同面接会の練習では、最初は緊張でかたまってしまう人も多かったのですが、フィードバックを受け諦めず努力しました。面接会の当日は、練習した成果を堂々と発揮でき、自分の言葉で面接を受ける姿がとても頼もしかったです。クリスマス会は、何もないゼロの状態から会の運営を考え、資料やグッズを作成、進行の打合せを重ねました。参加する人が「楽しかった」と思ってくれるよう、たくさんのアイデアを出し形にし、何度も終礼後に練習をしました。その結果は全員の笑顔があふれる大盛況！ひとりひとりが役割を達成し、参加する側からつくる側に、「働く」という経験をしました。協力し作り上げた時間は、これからの良い「経験」「財産」になると思います。みんな、サイコー！

### 就職基礎コース

#### 先読み力



仕事を効率よく進めるために必要不可欠な能力【先読み力】について学習しました。先読み力とは”先のことを考える能力”のことで、目の前に起こっていることだけではなく、この先どんなことが起こり得るかを考えることができる力のことです。機転を利かせることができるので、リスクを回避することができ、要領良く物事を進めることができます。先読み力が足りない人は具体的に指示されてから動いたり、問題やトラブルが発生してから慌てふためき時間が足りなくなったりします。この余裕のなさがミスやトラブルを引き起こし、さらに困った状況になります。仕事は自分の思っている通りに物事を進めることは難しいので、先を予測して事前に用意しておくことができると、仕事をスムーズに進めることができることなどを話し、先読み力を鍛える方法として、仕事などの“流れ”を把握する・物事の順序を付ける・時間に余裕を持たせる・予測する癖をつけることを紹介しました。先読み力は経験だけでなく意識的な習慣で鍛える事ができ、仕事や人間関係をよりスムーズにするために、今から意識して生活をするようお伝えしました。

## ■ 今月のプレ校の授業 ■

### 生活学科

#### 体調 管理



12月に入りいっせいに冬らしくなりました。日の光があると暖かいのですが、風が冷たく感じます。今年は、インフルエンザの流行も早く、注意報も早くから発令されています。そこで、健康の大切さを再確認し、食事や運動など生活の中で気を付けなければならないことを考えました。バランスの取れた食事、睡眠、適度な運動が大切だと分かってはいても、日々なんとなく過ごし、好きな事や楽しい事に没頭してしまいます。休みの日であっても、起床・就寝時間を変えずに安定させる事、夏と違って冬は水分摂取量が減りますが、ウイルスの侵入を防ぐためにも水分をこまめにとって喉を潤す事等、健康を保つために皆さんに伝えたい事は山ほどあります。今回の授業で『自分の体調や習慣を見つめなおす機会になった』とTさん。これからも、皆さんが毎日記入している生活リズム・体調チェックシートに目を光らせていきたいと思います☆

### フィールドワーク

#### 集団行動



日々色々なことを学ばれている受講生の皆さんですが、時々楽しい事を計画をして、外出します。先日は、リンゴ狩りとみかん狩りの体験に行ってきました♪ほとんどの受講生が初めての体験で、「どんなのが美味しいの?」「この木のは甘かったよ♪」等など、笑顔が見れ、楽しそうな声も聞こえてきました。家族へのお土産を持ち帰るために、どれがいいかな〜と、一生懸命選ばれていました。太陽の日差しを浴び、きれいに色づいた木々の紅葉を見て、美味しい空気もたくさん吸ってきました!翌日には、持ち帰ったお土産を家族が喜んでくれたと報告もありました。またB型事業所様のご厚意で、芋掘りの体験もさせていただきました。スコップの使い方を教えていただき、大切に育てられたさつまいもをたくさん掘ることができました。受講生の皆さんが掘ったさつまいもで、さつまいもご飯やサラダ、スイートポテトをみんなで作り、美味しくいただきました。

## 令和7年度障害者就職面接会

11月7日、メートプラザ佐賀で開催された障害者就職面接会に、本校実践コースの11名が参加しました。この面接会は、就職を希望する障害のある方に多くの企業と就職についての情報交換の場を提供するとともに、企業様におかれましては障害者雇用が積極的に推進されることを目的として開催されています。今回は佐賀県内から28社の参加がありました。

受講生は9月からこの面接会に向けて自己理解を深め、履歴書の書き方、入室から退室までの立ち振る舞い、志望動機や自己PRなどを学科の授業の中で練習しました。総仕上げとして、スーツを着用した上でビデオ撮影をして最終チェック。動画を見ることで客観的に自分の動きを確認する事が出来ます。自分自身の動き、話し方や声のトーン、表情や目線等を職員と一緒に細かくチェックし、動きの修正を行いました。本番では緊張しながらも自分の強みを伝えることができました。一次面接を通過した人や、企業担当者との交流を通じて来年に向けて就職への意欲をさらに高める人など、参加者全員にとって今後の活動へ大きな自信を得る機会となりました。



入・退室の練習をする受講生。細かな動きもしっかり確認をします。



面接会後の受講生たち。ホッとして皆さん笑顔です。

#### 参加した感想

- ・待ち時間が長かったが、自信をもって挨拶できた。
- ・企業側が質問した内容にズレなくシンプルに伝えられた。
- ・笑顔、声のトーン、順番が前後したときの臨機応変な対応ができた。

#### 来年参加する人に伝えたい事

- ・ユニカレでの面接練習をしっかりとできていたら、当日は落ち着いて受けることができると思います。
- ・身だしなみと明るい表情は大事。
- ・笑顔や反応、挨拶をすれば企業さんも良い反応をしてくれます。

## 第25回佐賀県障がい者文化芸術作品展

12月5日～14日までの間、佐賀県立美術館で第25回佐賀県障がい者文化芸術作品展が開催されました。ユニカレからも毎年受講生の皆さん趣向を凝らした作品を出品していますが、今年は県内から過去最多の651点が出品されたそうです。ユニカレの受講生は、主に書道や絵画の作品を出品されました。その中で、写真を出品されたTさんが写真部門で銀賞を受賞!!12月6日に行われた表彰式に参加されました。受賞したり賞状をもらったりするのが初めてのTさん。表彰式前日はとても緊張されていましたが、当日は緊張もとけ堂々と表彰式に参加する事が出来ました。惜しくも受賞は逃がしましたが末永陽輝さんも努力賞に選ばれました♪



笑顔の末永さん(左)とTさん(右)。