

# サポカフェ瓦版 No. 28

発行 2017.12.1



サポカフェは、いちのせき若者サポートステーションの卒業者  
(=就職した皆さん=サポカフェ会員)の交流の場です。

サポカフェ会員数34名 (11月末日現在)

## 第2回 サポカフェワークショップ (第8回 サポカフェ)

さる11月25日(土)の第8回サポカフェは、今年度2回目の「サポカフェワークショップ」を行いました。「普段は土日は職場が休みなのに、23日が祝日(勤労感謝の日)で休みとなり、代わりに土曜日が出勤日となったため、参加できなくなった。」という会員の方もあり、会員2名、後輩(利用者さん)2名の計4名の参加となりました。その前の週から今週の初めにかけて雪が降ったり悪天候が続き(気温も下がりました)、道路状況も決して良くはなかった中、後輩の皆さんからの質問もい〜っぱい出て、実りある会となりました。今回の瓦版は、その模様を掲載します。

### 先輩からの話

今回も最初に書いてもらったアンケートの中から次の4点について掲載します。

- ① 自分の考える「働く」とはどんなことですか?
- ② 就職が決まるまでの不安やくじけそうな気持ちなどをどう乗り越えましたか?
- ③ 働く前と働き始めてからで自分自身の変化や違いはありますか?
- ④ 「働く」ことで、よい事はどんなことがありますか?



#### ◆ Mさん(30代。勤務歴2年半)

- ① 生きていくため。家族のため。 ※月に2~3万円を家にいれています。
- ② 「いちサポ」に相談に来た。気分転換(好きなことをした)。例えば、犬の散歩・・・。
- ③ 前向きになった。友人関係が良くなった。つまり、友人と行き来するようになった。
- ④ 家族との関係が良くなった。 ※働いていない時は、しょっちゅう親から「早く働け!」と言われて、家族関係が少しギスギスしていました。

#### ◆ Nさん(20代。勤務歴1週間)

- ① 社会貢献。
- ② 「いちサポ」に相談に来た。
- ③ 出かける所が増えた。
- ④ それまではどんな仕事をしたらよいか(自分に合っているか)不安だった。実際その仕事に就いてみると、その仕事のイメージが段々具体的になってきて、やれそうだということがわかってきた。

## 先輩に質問

Q. 仕事をしていて「楽しい」と思った事、あるいはやりがいを感じるのはどんな時ですか？

◆ Mさん

- ・いろいろな仕事を任されるようになったことです。・・・「頼りにされてるな」と思います。
- ・後輩から感謝の言葉があった時。　　・例えば仕事をする上での知識など、自分の幅が広がった時。

◆ Nさん

- ・自分のできることが増えていくことです。

Q. そう思えるようになったのは、いつ頃からですか？

◆ Mさん

- ・勤務して1年たった頃からです。
- ・でも、「辞めたい。」と思うことは毎日のようにあります。腹の立つことは今でも何回もありますが、自分で「折り合いを付けられる」ようになりました。

Q. どうやって「折り合いを付ける」のですか？

◆ Mさん

- ・主任達と話し合います。日頃の雑談の中で、普段感じていることや疑問に思っていることを投げかけます。

Q. 人と話をするのが、なかなかできないのですが・・・

◆ Mさん

- ・自分も初めは話をするのがなかなかできなかったが、今後の予定や打ち合わせなど仕事上のことで話をするうちに、段々話ができるようになりました。

Q. それでは、皆さんはどのようにして「折り合いを付け」ていますか？

- ・辛い気持ちは、吐き出した方がいいと思います。
- ・でも自分は、愚痴を言うのも聞くのも好きじゃないです。

Q. それでは、どうしますか？

- ・ツイッターに書きます。
- ・人に話したり書いたりすることで、気持ちを整理させます。

Q. 仕事の「ON」と「OFF」の切り替えは、どのようにしますか？

◆ Mさん

- ・家に仕事を持ち込まないようにしています。とは言っても、帰っても仕事のことが気になって・・・  
(明日の段取りの事など・・・)

◆ Nさん

- ・職場で「家に帰ってまで仕事をしなくてもいい。」と言われた。それで、家では仕事のことを考えないようにしています。  
(実にいい会社ですね！☺)

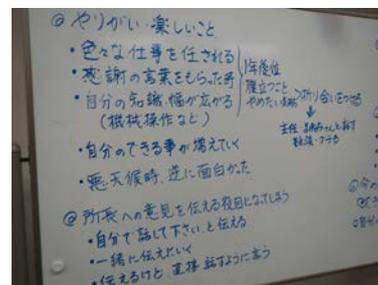
Q. (最後に) 今の仕事で定年まで働きたいですか？

◆ Mさん

- ・YES！正社員になるという話も出てきているし、「収入の安定」ということから考えても、定年まで働きたいです。将来、主任の今の仕事も自分が引き継がなければならないし・・・

◆ Nさん

- ・YES！長く働きたいです。「自分に合う？合わない？」よりも、「自分ができそうな仕事か？」という観点で、幾つか職場を挙げてみました。そして今の職場を選びました・・・



ありがとうございました。

## 第9回 サポカフェのご案内

**12月16日(土)** 13時00分～15時00分

◆ 講話 13:00～14:00 講師:佐藤英男さん

◆ 懇談会 14:00～15:00 参加者同士の情報交換・交流会です。

※ 参加を希望する人は、**12月13日**までに電話 or メールで申し込んで下さい。

☎ 080-2804-8145

✉ 080-2804-8145(☎と同じ)

今年度の「サポカフェ」も12月を入れてあと4回となりましたが、今後の日程を掲載します。ぜひ、予定に入れておいてください。

回	日 時	講師 or 内容
9回	12月16日(土) 13:00～15:00	講師:佐藤 英男さん
10回	1月27日(土) 13:00～15:00	講師:眞籠 朋美さん
11回	2月24日(土) 13:00～15:00	講師:沼倉 麻友さん
12回	3月17日(土) 13:30～15:30	サポカフェワークショップ