



株式会社ユニーク

働き続けられる
自分になるための準備

(Ver. 1.0)

今回の座学のポイント

- “長く働く”ために必要な事は
たくさんあるけど、ほぼ**どれも正解**。
- “長く働く”ために必要な事は
大きく**5つ**に分けることができる。
- 職業準備性ピラミッドの**下から順に**
整えていくと働きやすく (生きやすく) なる。



①“働き続ける”ために。

②大きく分けると“5つ”

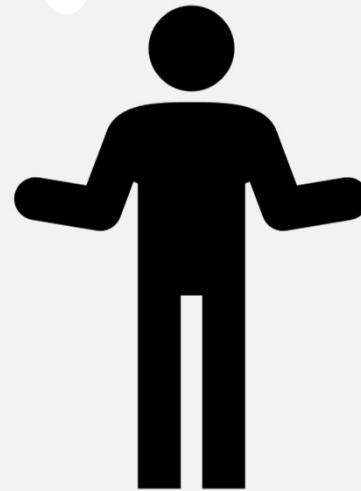
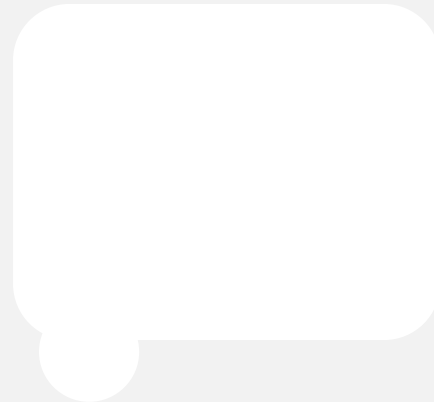
- ・健康
- ・生活
- ・対人スキル
- ・労働習慣
- ・職業適性

③基礎の土台から固めていく。

④まとめ

① “働き続ける”ために。

働き続けるために**必要な事**ってなんですか？



unique

① “働き続ける”ために。

働き続けるために**必要な事**ってなんですか？



人間関係？



気合？



やる気？



給料？



自分にできるか？

① “働き続ける”ために。

働き続けるために**必要な事**ってなんですか？



人間関係？



気合？



やる気？

多分、どれも正解！



給料？



自分にできるか？

① “働き続ける”ために。

働き続けるために**必要な事**ってなんですか？



実は...
気合！



やる気？

人間関係？
それは全部つながっている！

今回はそんな話をします。



給料？



自分にできるか？

①“働き続ける”ために。

②大きく分けると“5つ”

- ・健康
- ・生活
- ・対人スキル
- ・労働習慣
- ・職業適性

③基礎の土台から固めていく。

④まとめ

②大きく分けると“5つ”

働き続けるために必要な事は大きく分けると5つ。



人間関係？



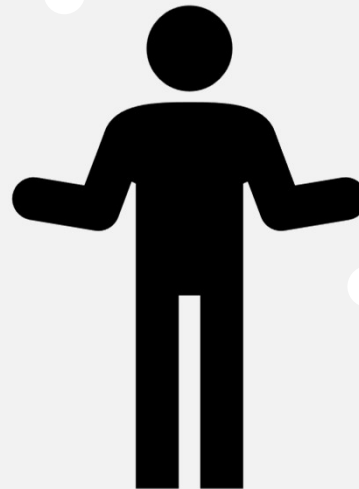
気合？



やる気？



給料？



自分にできるか？

②大きく分けると“5つ”

働き続けるために必要な事は大きく分けると**5つ**。



対人スキル
人間関係？



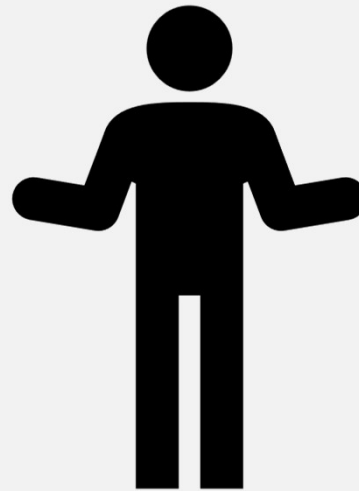
健康
気合？



労働習慣
やる気？



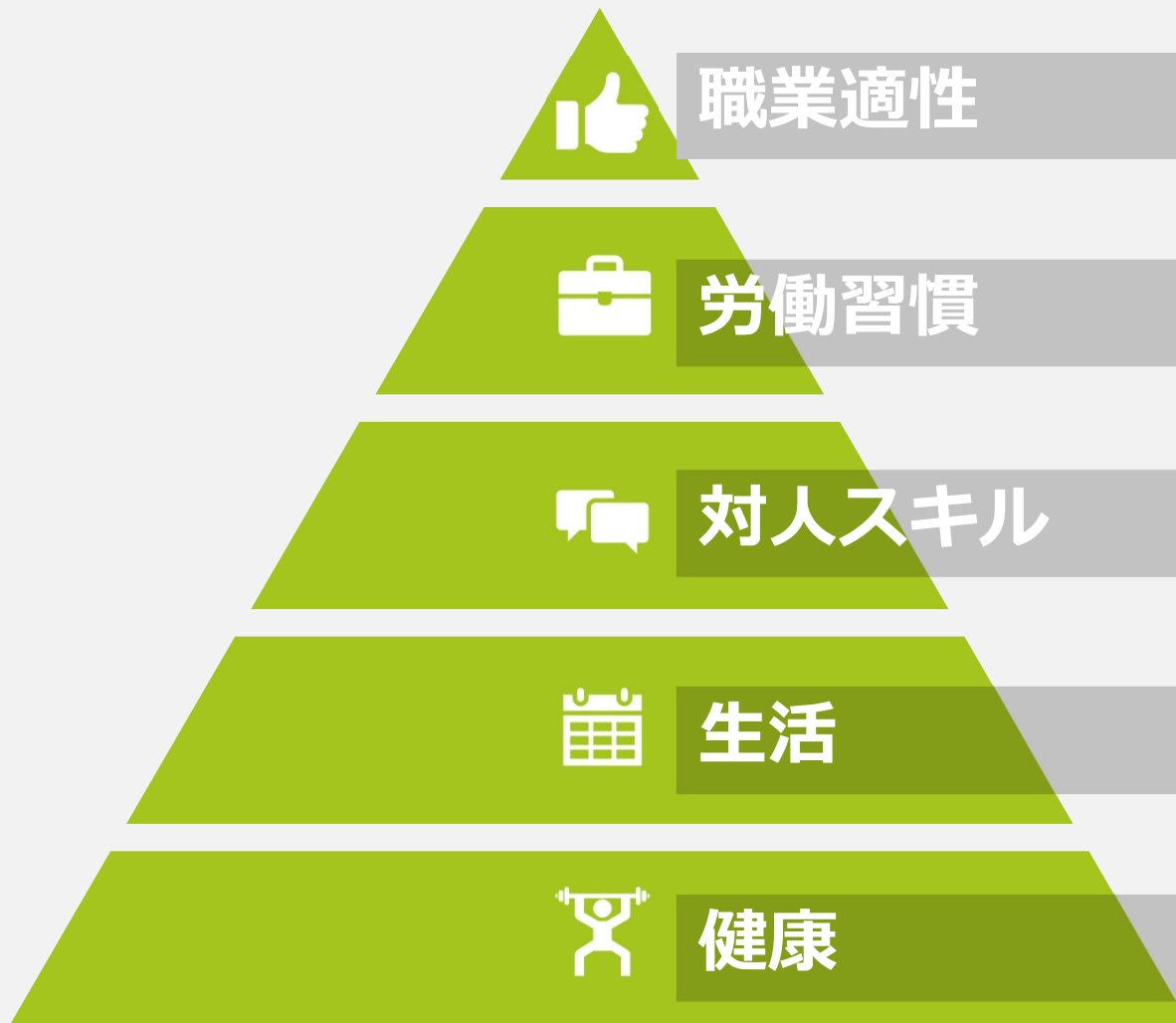
生活
給料？



職業適性
自分にできるか？

②大きく分けると“5つ”

5つを図にしたのが「**職業準備性ピラミッド**」



下から順に整えていく
と働き続けやすくなる。
(生きやすく)

<https://uni-9.jp/>

②大きく分けると“5つ”～健康～

自分の体や心が**元気**であるか？

 **病院・デイケア**などを活用



健康維持

働く体力がある

不調時や予防の対処 (通院)

障がい・特性の理解

栄養・服薬管理

②大きく分けると“5つ”～生活～

規則正しい生活リズムが整っているか？



<https://uni-9.jp/>

②大きく分けると“5つ”～対人スキル～

他者との意思疎通が図れるか？

 **デイケア**や**就労支援**などを活用



感情のコントロール

自己発信ができる

あいさつ・言葉使い (敬語)

協調性がある

非言語コミュニケーション

②大きく分けると“5つ”～労働習慣～

適切な**ビジネスマナー**が身に付いているか？



<https://uni-9.jp/>

②大きく分けると“5つ”～職業適性～

自分がどれだけの**成果**を出せるか？



<https://uni-9.jp/>

①“働き続ける”ために。

②大きく分けると“5つ”

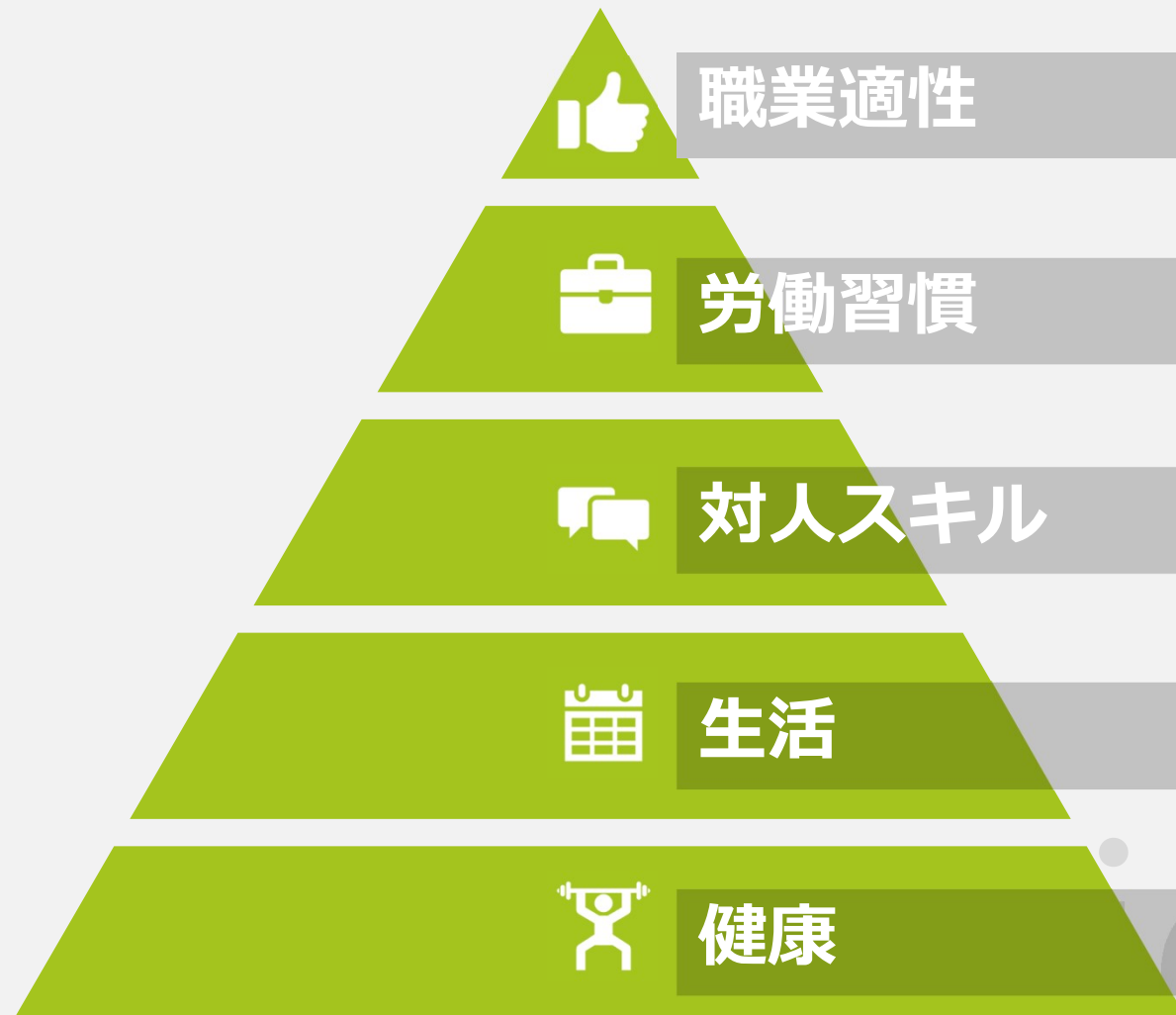
- ・健康
- ・生活
- ・対人スキル
- ・労働習慣
- ・職業適性

③**基礎の土台から固めていく。**

④まとめ

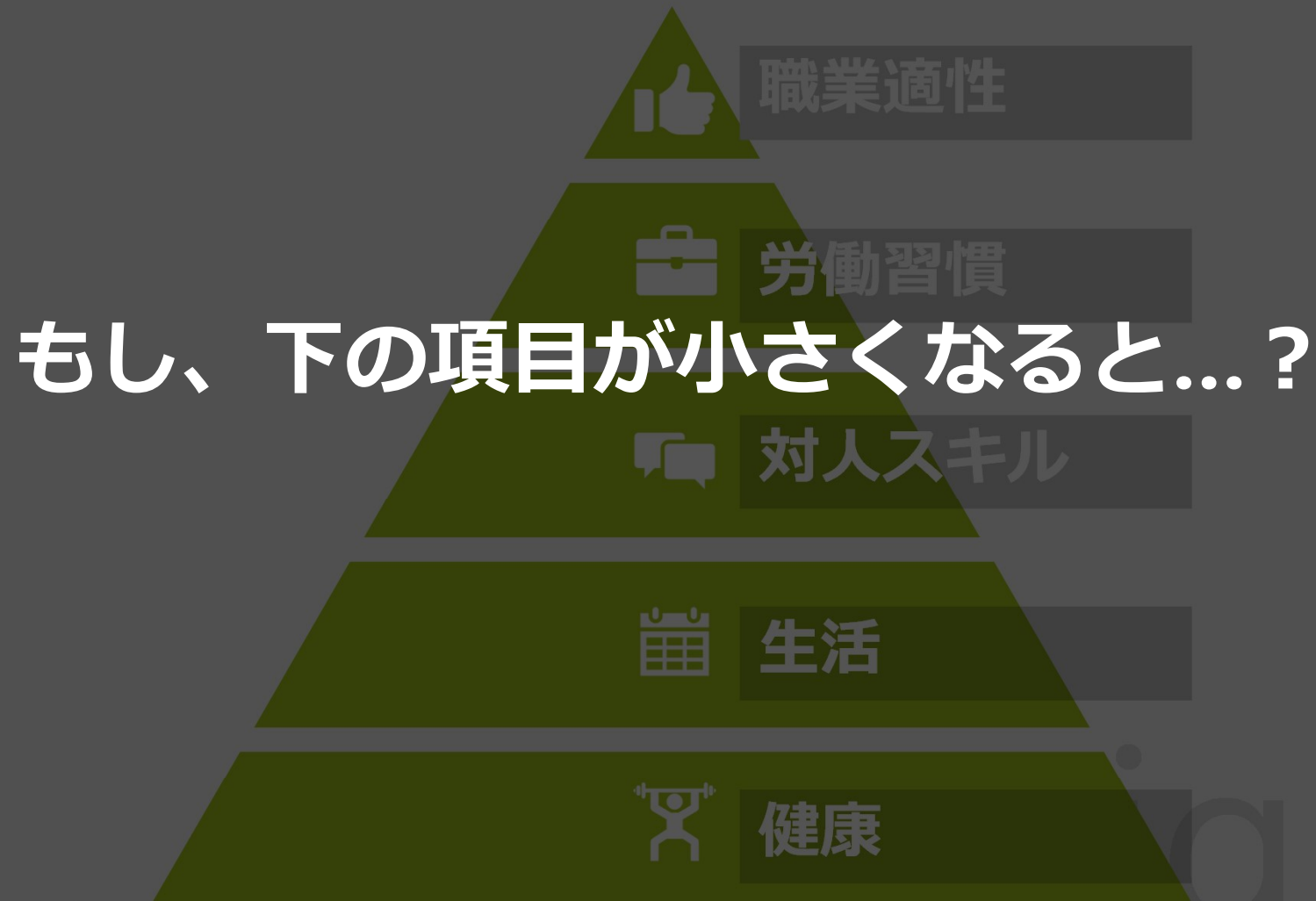
③基礎の土台から固めていく。

職業準備性ピラミッドは、下の項目ほど重要。



③基礎の土台から固めていく。

職業準備性ピラミッドは、下の項目ほど重要。



③基礎の土台から固めていく。

土台が小さくて不安定になる。



③基礎の土台から固めていく。

土台が小さくて不安定になる。

あなたの“健康”や“生活”は
働き続ける上で大切なこと。



職業適性

労働習慣



対人スキル



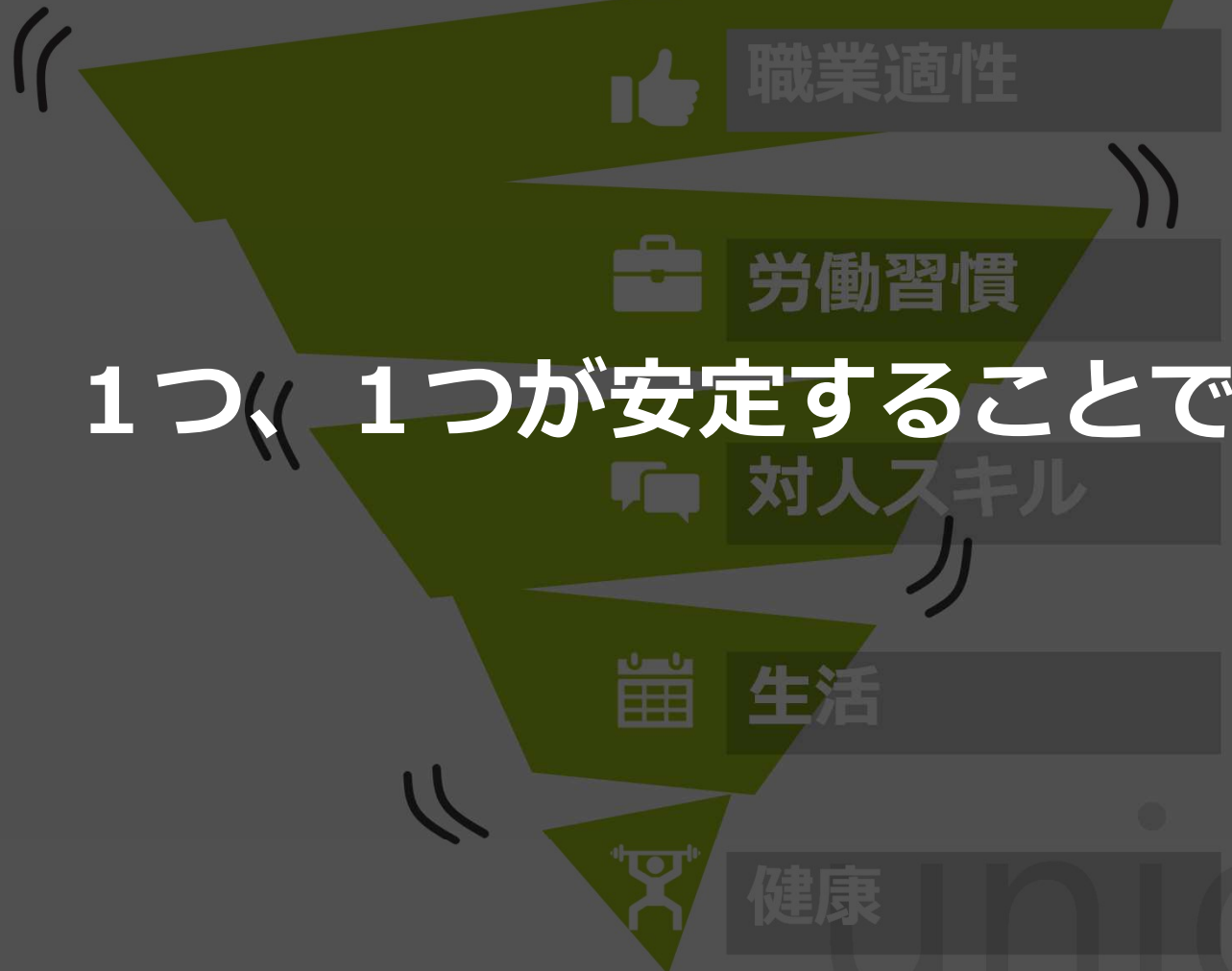
生活



健康

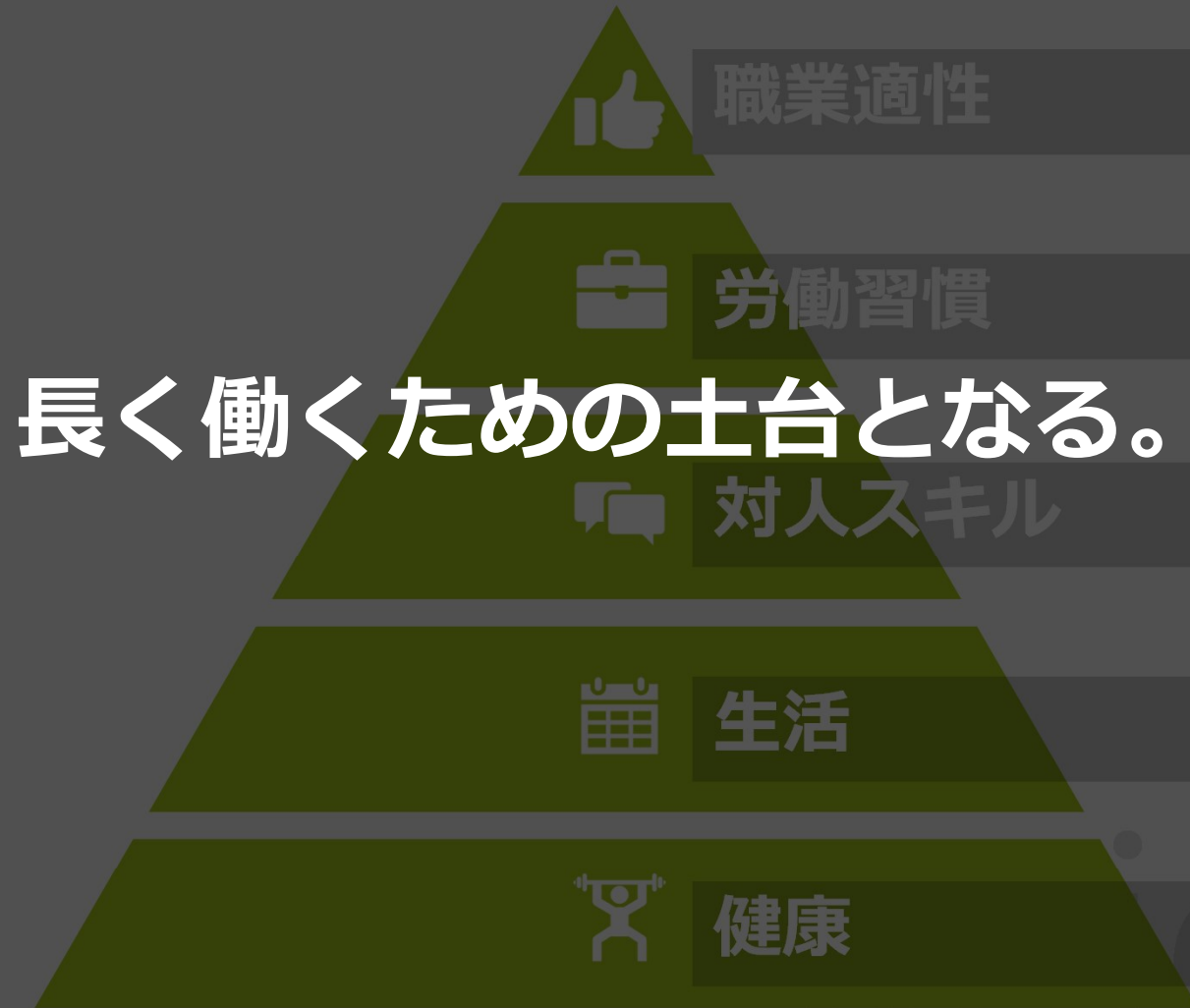
③基礎の土台から固めていく。

土台が小さくて不安定になる。



③基礎の土台から固めていく。

職業準備性ピラミッドは、下の項目ほど重要。



①“働き続ける”ために。

②大きく分けると“5つ”

- ・健康
- ・生活
- ・対人スキル
- ・労働習慣
- ・職業適性

③基礎の土台から固めていく。

④まとめ

unique

④まとめ

- “長く働く”ために必要な事は
たくさんあるけど、ほぼ**どれも正解**。
- “長く働く”ために必要な事は
大きく**5つ**に分けることができる。
- 職業準備性ピラミッドの**下から順に**
整えていくと働きやすく (生きやすく) なる。



本資料の利用について

■ 支援や個人で利用する場合

- ・ 報告不要です。（あれば励みになります。）
- ・ 模倣、コピー、配布可（ただし、WEBでの配布は×）

■ 営利目的で利用する場合

- ・ 許可していません。