

障害のある方・支援者の方対象

障害種別に応じた 就職応援セミナー

知的障害者編

令和8年6月26日（金）14:00～16:00 石川県庁 1階 101会議室（オンライン同時配信）

主催：石川県／石川労働局／県内ハローワーク／石川障害者職業センター



アンカーウーマン金澤株式会社
高木 眞澄



PROGRAM

きょうの ながれ（120分）

前半 60分

こころがまえ + 履歴書 + とりせつシート

- はじめの あいさつ・「はたらく こころがまえ」（20分）
- 履歴書の きほん（15分）
- わたしの取扱説明書（とりせつシート）（25分）

後半 60分

面接の こころがまえ + 模擬面接

- 「面接の こころがまえ」（20分）
- 模擬面接（ロールプレイング）（35分）
- まとめ・アンケート（5分）



GOAL

きょうのゴール

「できること」と「てつだってほしいこと」を、
自分のことばでつたえられるようになろう。



じぶんをしる

とくいなこと・すきなことを みつけ
る



とりせつをつくる

してほしいことを ことばに する



面接を れんしゅう

やってみて、つたえ方を おぼえる



前半① | こうしゅう (20分)

はたらく ところがまえ



「あいさつ」「時間」「やくそく」を まもる

あかるい あいさつ、時間を まもる、やくそくを まもる。これが はたらく きほん。



わからないときは「きいて いい」

わからない・こまったときは、そのままにしないで、ちかくの人に きく。



してほしいことは ことばで つたえる

「ゆっくり おしえてほしい」など、してほしいことは えんりよせず つたえて よい。



前半② | こうしゅう (15分)

履歴書の きほん

とりせつシートにはいる前に、おうぼ書類の きほんを かくにん します。シートで みつけた とくいなことは、自己PRにつかえます。



ていねいに かく

- くろい ボールペンで かく
- まちがえないように ゆっくり
- なまえ・住所は きちんと かく



なにを かく？

- 学校・しごとの けいけん
- 「できること」を 自己PRに
- してほしいことも かいてよい



みため・だしかた

- 写真は あたらしいもの
- コピーを とっておく
- おらずに ファイルに 入れる



前半③ | シートワーク (25分)

わたしの 取扱説明書をつくる

シートの①～⑥をひとつずつ かきます。みほん（記入例）を見ながら、ゆっくり すすめます（支援者はおてつだいを）。

①

わたしのこと

おなまえ・好きなこと。こえに出して じこしょうかい。

②

とくいなこと

あいさつ・そうじ・はこぶなどに チェック。できることを みつける。

③

にがてなこと

むずかしい計算・いそぐことなどに チェック。正直に かいて よい。

④

わかりやすい おしえかた

おてほん・絵や写真・ゆっくり・ひとつずつなどに チェック。

⑤

こまったとき

なにで こまる？ だれに そうだんする？

⑥

ゆめ・もくひょう

がんばっていること・やってみたいこと・応援団。



後半① | こうしゅう (20分)

面接の ころがまえ



見られる ところ

- あかるい あいさつ
- せいけつな ふくそう
- あいての目を 見て はなす



よく きかれること

- どんな しごとが したい？
- じぶんの とくいなこと
- してほしいこと (配慮)



こたえ方の コツ

- わからなければ「もう一度」
- ゆっくり はなして よい
- 「できること」を つたえる



後半② | 模擬面接 (35分)

模擬面接（ロールプレイング）

1

見てみる

せんせい（代表者）が 面接の おてほんを やってみせる。

2

かんさつする

「あいさつ・こえ・こたえ方」を見る。よいところを さがす。

3

かんそうを いう

よかったところを はなす。やさしい ことばで みじかく。

4

やってみる

やりたい人は じぶんも やってみる。せんせいが おてほんを もう一度。

☆ SUMMARY まとめ

- 「できること」と「てつだってほしいこと」を、自分のことばでつたえよう。
- とりせつシートは、面接でもしごとでもつかえるじぶんのせつめいしょ。
- 履歴書はていねいに。わからないときは「きいていい」。
- こまったときの「応援団（そうだんできる人）」をもっておこう。

お問い合わせ

就職活動に関する相談：お住まいの地域を管轄するハローワーク 又は
石川障害者職業センター(TEL：076-225-5011)

資料に関するお問い合わせ：石川県商工労働部労働企画課
多様な人材活用推進グループ 須川 (TEL：076-225-1672)

県内HW
問い合わせ先

