



一期一会

小千谷総合支援学校クアッドからの卒業生、信濃川と越後山
朝運動でたくさん走りましたね。みんなで強くなりました。感謝です。

小千谷市立 総合支援学校 進路だより

No. 号外 (R 3 / 3 / 1 8)

〒949-8721

小千谷市大字塩殿甲 2144 番地

TEL 0258-82-1878

高等部卒業生のみなさまへ ~卒業後について~

今回は卒業後のことについてお知らせします。

卒業後は学校との関わりが「進路指導」から「定着支援」に変わります。

困った時や相談したい時は、卒業前に作成した【おなやみでんわ先2021 (2枚組)】を見てください。もちろん、学校にはいつでも電話できます。小千谷市立総合支援学校は「安心できる社会人生活」を目的とした定着支援を行います。

定着支援の内容

- 卒業後、1か月後と3か月または半年後を目安に、職場を訪問させていただきます。
- 後輩生徒の職場実習巡回と併せて、卒業生の様子を伺うこともあります。
- 卒業生または保護者からの相談には随時対応させていただきます。
- 就労先事業所様からの相談にも対応しております。



☆何か困った時には、いつでも学校に相談することができます。

これまでの定着支援の内容 (一例)

- 生活、友人関係に関する相談。
- 職場での人間関係についての相談。
- 支援会議での情報提供、相談、提案。
- 職場訪問、様子の聞き取り。
- 就労先事業所からの相談と、支援方法の提案。問題解決の仲介。



☆学校在籍時の情報をもとに、課題解決へ向けた提案を行います。

保護者のみなさまへ

卒業後、職場定着の鍵を握るのは、**送り出す側 (保護者と学校) の定着支援**です。特に**はじめの3ヶ月間**が大切です。ぜひ、ご家庭からのあたたかいサポートをお願いいたします。

さいごに、進路指導部より **卒業生のみなさまへ**



★社会人になったら勉強は終わるのか？ 続けるのか？

○一生懸命な社会人は卒業後も勉強が続きます。なぜなら、一生懸命な人には不思議と周りの方が大切なことを教えてくれるようになるからです。これが社会の魅力だと思います。

●やる気のない社会人は、卒業と同時に勉強が終わります。職場の周りの人が、何も教えてくれなくなるからです。これが社会のこわいところだと思います。

～どちらの社会人になるか、もちろんそれは自由です～

もし10年後、「カッコいい大人になっていたい」と思うのならば、まずは職場で「カッコいい」と思える先輩を見つけましょう。

その先輩のまねをすることで、「一生懸命な社会人」を始めてみてください。



★仕事は、大変なのか・・・？

基本的には「大変」だと思います。楽ばかりしては、「人の役に立つ仕事」はできないでしょう。しかし、いつも「大変だなあ...」とっているとつらくなります。

そこで、仕事の中に「楽しさ」を見つけるようにしましょう。

楽しさが見つからない時は、「仕事があってありがたい」という感謝と、「今日も誰かの役に立っている」ということを思い出しましょう。

★仕事がつらい時、続けるべきか？・・・やめるべきか？

「自分に合った仕事」といいますが、社会人の中で実際に「天職」に就けている人はほとんどいないと思います。

社会人はみんな、ちょっと合わなくても、自分の方から仕事に合わせているものです。

「仕事に合わせて自分を変えていくことも成長」であり、「楽しみの一つ」と思えると、少し気持ちが明るくなります。

少々つらくても、前向きな考え方をして、仕事を続けましょう。

「それはわかっているけど、働いても働いてもつらい・・・」と感じた時・・・

それは相談すべき時です。一人で悩んでも、うまくいきません。ぜひ相談してください。

仕事は大事ですが、仕事より健康の方が大切です。一緒に、よりよい方向を考えましょう！

御卒業おめでとうございます

今後もお問い合わせ、ご相談等ございましたら、いつでもご連絡ください。

～卒業生のみなさまに、楽しいことが山ほどありますように～

〒949-8721 新潟県小千谷市大字塩殿甲2144番地
小千谷市立総合支援学校 担当：進路指導主事

TEL0258-82-1878 E-mai sogosien@ojiya.ed.jp

卒業証書

