

ちてきしょうがい かたたいしょう
知的障害のある方対象

じぜんよくせい
事前予約制

きょうと かいさい
京都テルサにて開催

あきらめない就活をあなたと共に考えます
京都 ジョブパーク
株式会社京セラ

令和8年

5月

JPはあとふるカレッジ



裏面の
「自分にあったセミナーの選び方」
も参考にしてみてください！

自由に選んで自分のペースでスキルアップ！

JPはあとふるカレッジとは、障害のある方が就業力を高めるためのセミナーです。
障害特性や課題に応じて受講内容を選べる、「アラカルト方式」です。

開催日	時間	健康	セミナー名	対象	会場	定員	内容
5/19 か (火)	15:00~ 16:30	健康	こころを整える「マンダラぬり絵」	せいしん 精神 はつたつ 発達 ちてき 知的	ひがしかん かい 東館 1階 たい かいざしつ 第7会議室	めい 6名	しゅうちゅう 集中してぬり絵をすることで、呼吸が整い、自律神経に良い影響があると言われている。美しい花のマンダラ、幾何学のマンダラなどから自分の気に入った図柄を選び、の楽しんでリフレッシュしましょう。
5/21 もく (木)	13:00~ 14:30	対人	ゼロから分かるビジネスマナー ～言葉遣い編～	せいしん 精神 はつたつ 発達 ちてき 知的	ひがしかん かい 東館 1階 たい かいざしつ 第7会議室	めい 6名	し 知っているようで知らない敬語。 けいご 敬語を学ぶことでコミュニケーションに自信を持ちましょう。
5/26 か (火)	13:00~ 14:30	習慣 生活 健康	けんこうかんり しょうがい お あ 健康管理と障害と折り合う	せいしん 精神 はつたつ 発達 ちてき 知的	ひがしかん かい 東館 1階 たい かいざしつ 第7会議室	めい 6名	じぶん とくせい し 自分の特性を知り、どの様に管理して働いていくのか考えましょう。
	15:00~ 16:30	習慣 健康	こころ けんこう 心の健康	せいしん 精神 はつたつ 発達 ちてき 知的	ひがしかん かい 東館 1階 たい かいざしつ 第7会議室	めい 6名	こころ けんこう いつも心を健康にする考え方。

※ セミナーの受講には京都ジョブパークの利用登録が必要です。受講の前後にお仕事相談窓口にてご登録ください。

※ すべてのセミナー予約は、開催日前日正午までとなります。

※ 欠席・遅刻される場合は必ず事前にご連絡ください。無断での欠席・遅刻は次回から受講できない場合がございます。



■お問合せ・お申込み先■

京都ジョブパーク はあとふるコーナー (京都市南区東九条下殿田町70 京都テルサ西館3階)

TEL: 075-682-8029 FAX: 075-682-8043

ご利用時間 月～土曜日/午前9時～午後5時 (日・祝日、年末年始は休み)

□JR京都駅 (八条口) から徒歩15分 □近鉄東寺駅・地下鉄九条駅から徒歩8分 □市バス九条車庫前すぐ



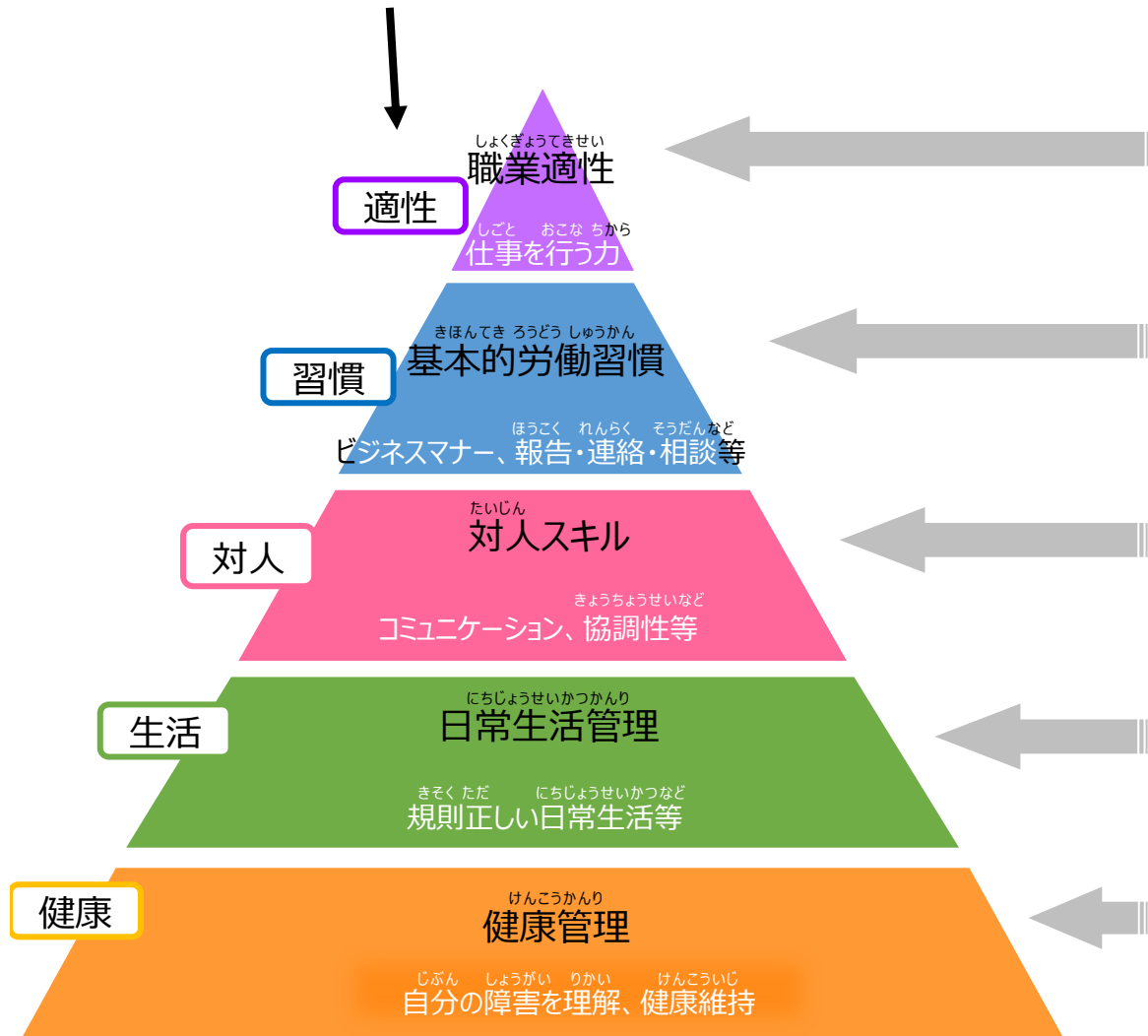
自分にあったセミナーの選び方

働くためには「健康管理」「日常生活管理」「対人スキル」「基本的労働習慣」「職業適性」の5つの能力が整っている必要があります。

下図のピラミッドの土台（三角形の底辺）からしっかりできていないと働き続けることが難しくなります。

セルフチェックで苦手な（チェックのない）項目を確認し、当てはまるセミナーを積極的に受講されることをお勧めします。

※チラシ表面セミナー名にあるマークを参考に受講いただけます。



セルフチェック	チェック ✓
自分のストレス状況を理解し、解消・解決できる 注意や指摘を反発・拒否をせず、素直に受け入れることができる 指示書での指示や2つ以上の指示を理解して作業できる 指示や教わったことをメモに取って後から振り返ることができる	
自分から積極的に、報告・連絡ができる 周りの状況を見ながら、質問・相談ができる 丁寧な言葉づかい、敬語が使える	
自分から挨拶ができる しっかりと返事や受け答えができる 自分の考えや気持ちを伝えることができる	
約束の時間を守ることができる 起床・就寝の時間がおおよそ決まっている 清潔な服装、行先に合った服装ができる	
自分の体調不良がわかる 通院・服薬管理ができる 自分の特性を理解し管理できている 月内に自分が使える金額を理解している	