

# 進路だより 第9号



令和8年(2026年)  
3月5日発行  
球磨支援学校進路指導部

## 進路学習「ようこそ先輩」

2月12日(木)に本校高等部の卒業生2人を講師としてお招きし、卒業後の仕事や生活の様子を伺いました。先輩方の講話では共通して、「体力づくり」「規則正しい生活」「自分の楽しみを見つけること」の大切さが語られていました。毎日の体調や生活を安定させることが、仕事を続ける力に繋がっているということが分かりました。在校生からは、「貴重な話を聞くことができました。毎朝早起きして一人で通勤するってすごいですね」という声が挙がりました。

今回の「ようこそ先輩」での学びが、今後の進路選択や自分の将来を考える時間に、きっとよい影響を与えてくれていることと思います。



### 失敗は成功のもと

講話の中で特に印象的だったのは、働く中で必ず向き合う“失敗”についての話でした。「失敗したときは、周りの人に相談したり前向きに考えたりしている」という先輩のメッセージは、生徒たちにも大切にしたい考え方です。



### 「ようこそ先輩」の内容

#### N先輩 一般就労(介護補助)



##### 仕事内容は何をしていますか

利用者の方へお茶準備、ドライヤーかけ、食事介助、レクリエーション支援、施設の清掃、シーツたたみなど行っています。

##### 仕事の日々のスケジュールを教えてください

朝6時に起床して、9:30~18:30まで仕事、帰宅して家事を行い、23時に就寝しています。

##### 休みの日は何をしていますか

体力をつけるためにトレーニングや筋トレ、自動車の運転をしたり、ショッピングをしたりしています。

##### 利用者の方と接するときには気をつけることはありますか

人生の大先輩なので敬語を使って話しています。利用者の方の立場に立って、行動しています。

仕事で失敗してしまったとき、どうしますか

同僚の方に報告をします。分からないときはすぐに相談をします。



お給料をもらって、何に使ったときが嬉しかったですか

- ①初めての給料で家族に食事をごちそうして「ありがとう」と言われたとき
- ②給料をためて自分で自動車を買ったとき



仕事を続けるために気を付けていることはありますか

手洗い・うがいや、体力づくりを毎日、気を付けてやっています。

高等部の「作業学習」や「現場実習」で学んだことを教えてください

作業学習⇒体力が必要だと感じた。

現場実習⇒就職したい事業所を見つけることができた。

後輩のみなさんに伝えたいことはありますか

日頃から目上の方との話し方を習慣にしておくといいです。



## M先輩 生活訓練(路線バスを利用して通勤)、グループホーム利用

生活訓練は何をしていますか

体力作り運動、ワープロ入力訓練、箱折り作業、図書館まで徒歩で行く練習などを行っています。

生活訓練利用の日のスケジュールを教えてください

朝5時30分に起床して、グループホームから路線バスを利用して事業所まで通っています。

10:00~15:00まで利用し、帰宅後、洗濯や食事などをして21時に就寝します。



土日は何をしていますか

金曜に実家へ帰り、土日は自宅で過ごします。日曜にグループホームへ戻ります。

生活訓練を利用して力が付いたことを教えてください

体力が付きました。1キロをみんなと歩くことができるようになりました。



生活訓練の利用で頑張っていることを教えてください

体調不良で休んだ次の日は必ず行くように頑張っています。

グループホームでの楽しみを教えてください

17時からカラオケをすることと、利用者の方とトランプをすることです。



最近チャレンジしていることを教えてください

グループホームの利用者の方と一緒に歯医者に通っています。

1人で、できるようになりたいことを教えてください

熊本市から球磨まで高速バスで帰りたいです。デパートなどに行って買い物がしたいです。

楽しみにしていることを教えてください

卒業生の友人と2人でコンサートに行くことです。



### トピックス

熊本県の最低賃金は 令和8年(2026年)1月から 1時間あたり 1,034 円に改定され、適用されています。これまでより 82 円の引き上げで、初めて時給 1,000 円を超えました。