

# 就労チェックリスト

★それぞれの質問に対して、あてはまる答えの番号を選んで○をつけてください。

## 【答えの番号について】

- 5 ~ できている、できる、ある
- 4 ~ だいたいできている、だいたいできる、少しある
- 3 ~ あまりできていない、あまりできない、あまりない
- 2 ~ ほとんどできていない、ほとんどできない、ほとんどない
- 1 ~ まったくできていない、まったくできない、まったくない

## 【日常生活について】

1	毎日決まった時間に就寝や起床でき、おおむね生活リズムが整っている	⇒	5	4	3	2	1
2	自分で健康管理ができ、服薬なども自己管理している	⇒	5	4	3	2	1
3	金銭管理ができ、就労のための生活基盤が整っている	⇒	5	4	3	2	1
4	自分の障がい特性や症状などを理解できている	⇒	5	4	3	2	1
5	社会人としての適切な身だしなみができている	⇒	5	4	3	2	1
6	疲れやストレスが解消されるような気分転換の方法がある	⇒	5	4	3	2	1

## 【対人能力について】

1	あいさつやその場に応じた会話ができる	⇒	5	4	3	2	1
2	正しい言葉づかいやその場に適した敬語などを使うことができる	⇒	5	4	3	2	1
3	人とスムーズなコミュニケーションをとることができる	⇒	5	4	3	2	1
4	状況に応じて、報告・連絡・相談ができる	⇒	5	4	3	2	1
5	相手の状況やその場の雰囲気を理解し、適切な対応ができる	⇒	5	4	3	2	1
6	その場のルールを理解し、協調することができる	⇒	5	4	3	2	1

## 【作業能力について】

1	自分の作業能力や適した職種などが理解できている	⇒	5	4	3	2	1
2	その場に応じた作業の仕組みやルールを理解できる	⇒	5	4	3	2	1
3	指示された内容を理解して、スムーズに作業ができる	⇒	5	4	3	2	1
4	作業において必要なスピードや正確性、集中力がある	⇒	5	4	3	2	1
5	危険な状況の判断や対処が的確にできる	⇒	5	4	3	2	1
6	業務上、臨機応変な対応ができる	⇒	5	4	3	2	1

## 【求職活動について】

1	自分の経験やスキルなどから、適した職種を把握している	⇒	5	4	3	2	1
2	自分のアピールポイントを把握し、伝達できる	⇒	5	4	3	2	1
3	自分の苦手・不得意な面を理解している	⇒	5	4	3	2	1
4	職場内で、理解や配慮が必要なことや自己の特性を整理して伝達できる	⇒	5	4	3	2	1
5	自分で履歴書・職務経歴書の準備し、面接に向かうことができる	⇒	5	4	3	2	1
6	希望する職種について、具体的な仕事内容などの知識がある	⇒	5	4	3	2	1