

見 本

自分説明書

自身の特性・・・短所を長所へ逆手にとるには？

障害特性について

(合計 3 枚)

名前	石井 健太郎
----	--------

自身の特性・・・短所を長所へ逆手にとるには？

見 本

A. 私の短所は・・・

1. 2つ以上の事を同時にできないです。
2. 作業に集中すると周りが見えなくなります。
3. 耳から入る情報の処理が苦手な反面、目から入る情報の記憶力が良いです。
4. 予定外の変更を突然されると混乱しやすいです。
5. 相手の気持ちを読めないで、対人業務はできません。

B. 私の長所は・・・

1. 1つの作業を集中して、確実に仕事できます。
2. 目からの情報を基にメモへ書き起こせば、自身の能力として身に着けれます。
3. 定型業務の処理をすることは何も苦痛ではないです。
4.
5.

C. 配慮いただけると助かること・・・

1. 聴覚過敏のため、メールかFAXなど文字として残る形で業務指示を頂ければ助かります。
2. 仕事についてはノートでタスク管理をしていますので、用件を預けることはできますが、処理に関しては順番での対応をさせて頂ければ助かります。
3. 業務の指示など指揮命令者は指定の管理職か代行者との一本化にして頂ければ、安心できます。(石井へ業務指示して良い管理職を限定してほしいのです。)
4. 他部署からの業務については私の上司を通して、ご指示願います。
5.

D. 備考、伝えておきたい事（自由記入）

1. 障害特性

N o	特性	お願い事項
1	耳から入る情報の処理が苦手	メモを取る時間、メールでのやり取り希望です。
2	一度に2つ以上の事を処理するのが苦手	順番に業務をさせてください。
3	統合失調症の影響で疲れやすい。	拘束時間を長くして、その分を休憩の延長願います。
4	のどが渇きやすい（薬の副作用）	水分補給、職場に飲料水持ち込み
5		

2. 得意なこと・苦手な事

N o	得意な事	苦手な事
1	反復的な作業（シュレッダー作業など）	接客や電話対応は相手の事を読めない上、聴覚過敏なので苦手です。
2	データ入力	
3	商品や備品の在庫管理、入出庫	
4		
5		

3. その他、備考欄（上記1～2で書ききれないことも記入）

通院の部分で現状は隔週火曜日に診察と投薬を受けておりますので、火曜日につきましては公休をいただいてよろしいでしょうか？（不可能な場合は勤務日以降の診察日を通常の公休日にあたるように調整できます。）
なお、勤務時間につきましては主治医から週当たり25h～30h前後の許可を頂いている状況ですので、申し訳ございませんが、週4日で1日7h程度（内：休憩1h）から段階的に慣らしていくシフトを組んでくだされば幸甚に思います。
診断は諏訪湖クリニックの紹介で岡谷大学医学部附属病院で心理検査を受けて判明し、その後は中信地方障がい者相談室の指導を受けながら、大糸工房ステップ（就労継続支援B型事業所）でリンゴ収穫など農作業の実習を通じて、生活リズムを保っております。（通所前は昼夜逆転でした）