

コロナ禍でスタートした ICTを活用した柔軟な支援

東京都障害者就労支援協議会・書面報告



2021年 2月

NPO法人 わかくさ福祉会

障害者就業・生活支援センターTALANT

センター長・野路和之

TALANTにおけるICTの環境と支援

法人システム

- 5年前から法人システムとしてサイボウズを活用し、情報共有化。スケジュール・車・面談室・会議室外にZoomも予約できるようになっている。
- ナカポツ事業ではサイボウズ関連のアプリであるキントーンで支援記録システムを2019年度に独自に構築。モバイルPCを所有させ、可能な限り出先で記録を取るようになっている

クラウドPBXフォン

- 2年前から、法人でクラウドフォンを活用している。
- コロナ禍ではテレワークでも事業所の電話対応可能である。スタッフ全員にスマホを所持させ、内線子機化

SPIS活用枠の増大

- これまでナカポツ事業のTALANTが、5年前からSPIS研究所のサポートを受けSPISを12名に実施。
- コロナ禍ではSPISの管理権限を取得、現在新たに15名に実施。
- 法人内の通所や相談支援事業を利用している方にもSPISの機会拡大。

Zoomやlineの活用

- コロナにより2020年4月から法人でZoomを活用開始(3アカウント)。朝礼、会議、研修会、面接、当事者交流会で活用。
- Zoomが活用できない団体との共催で研修会の開催
- LINEを活用し、利用者とのやりとりを可能とする。

オンラインでの当事者交流会



登録者同士の交流会を3回開催。
お互いにオンライン上で自己紹介
などを行い、10月はハロウィンの前
日だったこともあり、仮装をして楽し
みました！！

PCやスマホをお持ちでない方、ネッ
ト環境がない方は十分な感染対策
をして、事務所でご参加頂きまし
た！！



オンラインでの研修会・連絡会議

主催：ハローワーク町田・町田若狭がいの会・就労支援センターLIFE・障害者就業・生活支援センター-TALANT

第19回 精神障がい者・発達障がいのための 就労研修プログラム in 町田

2018年精神障がいの者の雇用割合がスタートし、長期企業の法定雇用率は2.2%になりました。多くの方が認められ、継続率の高さとジョブマッチングは課題となっています。本プログラムでは、雇用者に安定して長く働き続けることをテーマに、障害者雇用の仕組みや就労支援することなどに、企業で働く上で、何が必要なのか、どのような支援が必要なのかを学びます。ご自身の状況に合わせて参加してください。

日時 2020年11月24日(火)・12月1日(火)・8日(火)

会場 町田市健康福祉会館 講習室(4階) **参加費** 無料 **持参** 筆記用具

対象 ○精神障がい又は発達障がいのある方で、全日種(3日間)参加できる方
○障がいをオープンにして就労を目指す方、またはオープン就労を検討中の方
※特に、居住地、年齢、障害者福祉手帳の有無は問いません。

定員 20名(先着順受付) **締切** 2020年11月18日(水)

※会場は希望者の方、インターネット環境のない方が参加となります。受講料の方はパソコンWiFi設備(費用別途)をご用意下さい。

1日目	11月24日(火) 13:50~16:30	<ul style="list-style-type: none"> 安心して働き続けるために「精神障がい者の雇用の現状と課題について」 TALANTセンター長 野路 和之 企業が求める「人材」とは(仮題) 株式会社ベネッセビジネススイート 代表取締役社長 斎藤 玄雄 氏
2日目	12月1日(火) 13:50~16:30	<ul style="list-style-type: none"> 障がい者求人者の現状と支援機関を利用した就職について(仮題) ハローワーク町田 専門相談役 精神障害者雇用アドバイザー 菅井 紀吉 氏 障害者雇用に向けた面接の受け方とその実況(模擬面接) 株式会社ニュービーあい 代表取締役
3日目	12月8日(火) 13:50~16:40	<ul style="list-style-type: none"> 変更して働き続けるために「合理的配慮を受けて働く」 シンタラスオアシスパートナー株式会社 キョリヲ 就労に向けた障がい受容と自己理解 TALANT就業 就職者体験談 現在、就労されている

【申込方法】・会場参加の方は裏面の申込書に記入後、FAX、または電話にてLIFE・VADにお申し込みください。会場に参加の際は、会場に印刷の申込書またはURLの申し込みページより、申し込みが可能です。ご遠慮ください。

【会場参加をされる方へ】・新型コロナウイルス感染症対策として、会場参加人数を制限しています。・前日13時以上の申し込みが満席の場合は参加をお断りさせていただきます。・会場参加は必ずマスクを着用してください。また、受付にて検温・手洗いの指導を行っています。当日、検温記録簿の提出があります。会場は換気しますが、不安な方はご遠慮ください。

TALANT連絡会議・定着支援システムSPIS多摩エリア普及研修会 合同企画

8050・7040問題、生活困窮、社会的孤立など、さまざまな理由で生きづらさ、働きづらさを抱えている方の背景の一つに、発達障害等のグレーゾーンの可能性がある。2025年には日本の労働力不足が600万人に達しよすし、その一方、働きづらさがある方も600万人いると推定されています。ダイバーシティやSDGsと合った新たな価値観に基づく生き方・働き方の推進が高まってきている中、改めて、グレーゾーンにある方の現状と課題を把握し、今後求められる新たな生き方、働き方、支援のあり方について考えていきます。

リアル&Zoom ハイブリット開催!!

講演 **発達障害グレーゾーンの生きづらさとは** フリーライター 姫野 桂氏

実践報告 **コロナ時代の新しい支援のあり方とSPISの可能性** 一般社団法人SPIS研究所 理事長 宇田 亮一氏 **働きづらさのある方の雇用とSPISの活用** 有限会社さくら 代表取締役社長 三嶋 峻子氏

ディスカッション **多様性時代の働きづらさのある方の雇用を考える** /パネラー：姫野 桂氏・宇田 亮一氏・三嶋 峻子氏 進行：TALANTセンター 野路 和之氏

日時 2020年11月26日(木) 14:00~17:20 (開場 13:30)

対象 企業、福祉、行政、就労支援機関、医療、教育等関係者

参加申込方法

参加申し込み期限：2021年1月6日(水)

※研修会参加費は別途必要です。Web会議に関する説明書、Zoomに関する説明書、参加費の領収書等の資料はご参加される前にお送りいたします。
下記URLから申し込みください。申し込み下さい。

- 研修会に参加する個人の手続きについて、詳しくは、個人の手続きの案内書をお送りいたします。
- 研修会の日程、参加費および研修料の案内書をお送りいたします。
- 研修会参加の日程や参加費、申し込みの案内書をお送りいたします。研修会参加の案内書をお送りいたします。
- 研修会参加の日程や参加費、申し込みの案内書をお送りいたします。研修会参加の案内書をお送りいたします。

Zoom 研修会に参加するには、事前にZoomのインストールが必要です。インストール方法は、Zoomのインストールガイドをご覧ください。
Zoomのインストール方法は、Zoomのインストールガイドをご覧ください。

研修会参加費 研修会参加費は別途必要です。研修会参加費は別途必要です。研修会参加費は別途必要です。研修会参加費は別途必要です。

研修会参加費 研修会参加費は別途必要です。研修会参加費は別途必要です。研修会参加費は別途必要です。研修会参加費は別途必要です。

研修会参加費 研修会参加費は別途必要です。研修会参加費は別途必要です。研修会参加費は別途必要です。研修会参加費は別途必要です。

PCAGIP(ピカチップ)法を活用した事例検討

研修会では、事例検討(実践)を通じて、事例の課題をどのように解決していくかを検討します。事例検討は、研修会参加者同士で、事例検討を行います。事例検討は、研修会参加者同士で、事例検討を行います。事例検討は、研修会参加者同士で、事例検討を行います。

参加の流れ

- 研修会参加者同士で、事例検討を行います。
- 研修会参加者同士で、事例検討を行います。
- 研修会参加者同士で、事例検討を行います。

研修会参加費 研修会参加費は別途必要です。研修会参加費は別途必要です。研修会参加費は別途必要です。研修会参加費は別途必要です。

研修会参加費 研修会参加費は別途必要です。研修会参加費は別途必要です。研修会参加費は別途必要です。研修会参加費は別途必要です。

研修会参加費 研修会参加費は別途必要です。研修会参加費は別途必要です。研修会参加費は別途必要です。研修会参加費は別途必要です。

コロナ禍で変わった支援の在り方

多様な働き方に合わせた新しい支援の可能性

1. 支援をする側がICTを積極的に活用。テレワークになっても職場と同じ環境の整備。BCPの姿勢が大切。
2. 増え続ける支援件数に対して、ICTやテレワーク等の柔軟な雇用管理を行い、効率的な支援を実施。
EX 会社訪問→自宅でテレワーク
3. 当事者の利便性。LINE等のSMSの活用。担当職員の事業スマホを活用し、ラインで担当登録者と直接相談依頼ができるようにする。支援記録もスマホで完結できる状況。
4. 登録者の多くがZoom等のウェブ会議や面談の体験がないということを知り、あえてウェブで交流会を開催。ウェブに慣れる支援を実施。
5. 在宅雇用での新規就労を希望する方も現れ、株式会社D&Iさまのエンカクという在宅雇用管理システムの勉強会を開催。法人の移行支援事業で訓練システムとして導入。ナカポツ事業の生活困窮者の支援でも導入検討中



自宅待機について、以下の資料を登録者等に配布しました。P6～P30

NPO法人わかくさ福祉会
障害者就業・生活支援センターTALANTに
利用登録している皆さんへ

新型コロナウイルスに対する 自宅待機について

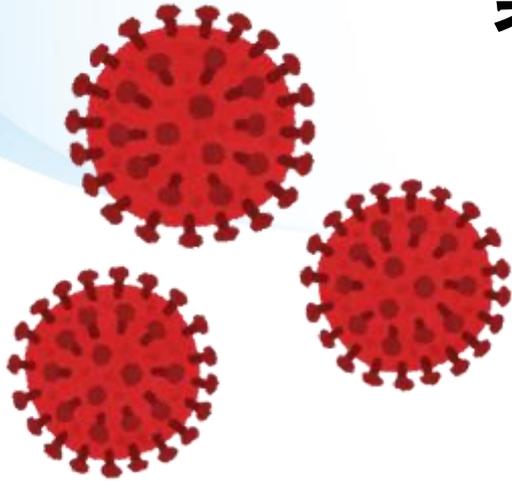
心と体の健康に注意しましょう

2020年5月

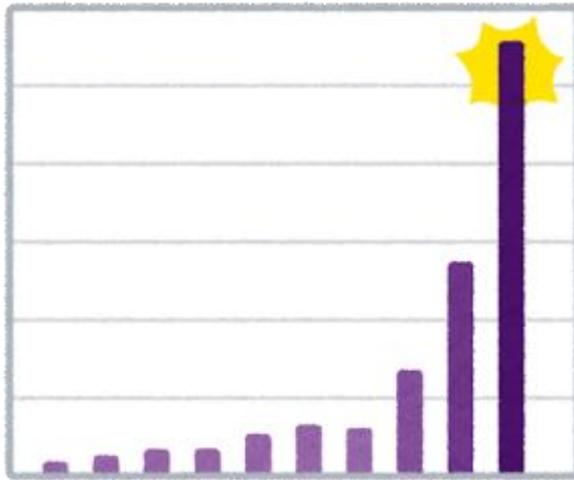


※本資料は障害者就業・生活支援センターTALANTの登録者向けに作成したものです。
※「東電ハミングワーク株式会社様の配布資料」の一部参考にさせていただき、作成しております。

緊急事態宣言



4月7日から5月6日までの間、政府は緊急事態宣言が発令されました。さらに延期されています。これは、政府が新型コロナウイルスの感染をひろめないようにとられた措置です。



皆さんが勤めている会社での対応はそれぞれと思います。

感染しないように細心の注意をとって勤務されている方もいらっしゃると思います。

自宅待機となった方もいらっしゃると思います。

自宅待機とは

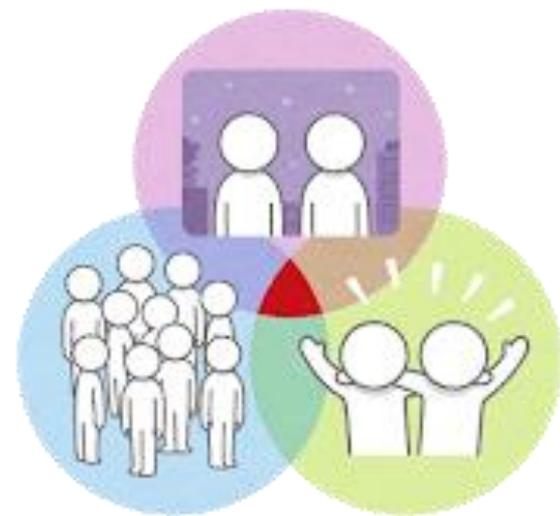


- 自宅待機とは、皆さん自身がコロナウィルスに感染しないようにするために、また外に出て、家族や職場などの周囲の方に感染をさせないため、家で待機することです。
 - 会社へは出勤しませんが、休みではありません。休暇で好きなようにすることではありません。
 - 自宅で仕事ができる人や課題を出されている人は、テレワークをしましょう。会社から連絡があった場合は対応しましょう
- ※大事なことは、自宅に居ることが、安全で感染を防ぐことです。



自宅待機による心の不安と不調

自宅待機などの状況では、
先の見えない不安が続くことで
ストレスや心の不調を訴える人が
増える可能性があります。



自宅待機を乗り越えていきましょう

コロナウイルスとの闘いは、長期戦になるかもしれませんが、感染を抑えるためには、1日1日を健康に過ごすことが大切です。

自宅にいる時、上手にストレスを発散しながら、できたらこの時を楽しんで、乗り越えていきましょう！



どうやって過ごすのか

家で過ごそう	・家で過ごすことが仕事です 与えられた課題をしてみましょう
ストレス発散	・自分に合う方法を見つけましょう
生活リズム	・会社生活のリズムは崩さないように しましょう
予 防	・感染しないために手洗い、うがい、 マスク、人混みにいかないように しましょう



～心の健康を保つための 4つのポイント～

コロナウイルスの対策のために緊張する時間とリラックスする時間のメリハリを持ちましょう。

特に無意識で緊張している場合もあります。ですので、リラックスタイムをいつも以上に意識して取りましょう



1、自分の好きなことをする時間を作りましょう

※ 短時間でも必ず取り入れましょう

音楽を聴く・お茶を飲む・筋トレをする 手芸をする・絵を書く・瞑想する 等々

ストレス発散もいろいろ



映画・アニメ	テレビ	読書・マンガ・雑誌
お風呂	瞑想やお祈り	食べる (ほどほどに)
ゲーム (やり過ぎ注意)	ぬりえ・絵を描く	音楽
家の手伝い お菓子づくり	プラモデル・工作	インターネットや YouTube
楽器	パズル	お茶
ダンス・ストレッチ・筋 トレ	友達と電話 (長電話に注意)	ガーデニング



2、食事・睡眠・生活リズムが大切

※ 野菜を多めにした、健康的な食事を取りましょう。
ゆっくり食べることを気に掛けてみましょう。



- 自宅に居るからといってダラダラと過ごしてしまうと、仕事が始まった時に辛くなります。朝起きたら、まずパジャマから着替えましょう。
- いつもと変わらず朝起きて、夜寝る生活を送り、きちんと食事を取りましょう。夜更かしや昼寝のしすぎには注意してください。
- 薬を飲んでいる方は、服薬を守り、飲み忘れには注意しましょう。
- 身だしなみにも注意してください。つめ・ひげ・寝ぐせなど、乱れないように！



3、ニュースに接する時間を制限しましょう

※ スマホなどで流れてくるインターネットニュースや、世界中の危機的な状況を見続けることで不安になる人が多くなります

情報を得ることは大事ですが、それが正しい情報なのかきちんと考え、見る時間も1日2回(昼・夜)など自分の中で制限しましょう



4、直接会うこと以外の手段で意識的に人と連絡を取り、つながりましょう

※ 週1回など、電話する相手と時間を決めて連絡しましょう。

自分の気持ち孤独にならないようにしましょう。



・・・以上の4点を意識して過ごしましょう！



自宅待機でも予防を忘れず

外から帰って来た時は、
手洗い・うがい、出来たらア
ルコール消毒をしましょう

目、鼻、顔を触らないように
しましょう

人がたくさん集まるところ
には行かないようにしましょう

毎日体温を測って体調を管
理しましょう



手を洗おう



消毒しよう



うがいをしよう



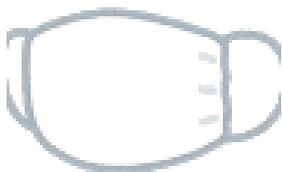
マスクをしよう



換気をしよう



うちで過ごそう



緊急事態中のTALANTの支援

・障害者就業・生活支援センターTALANTでは、自宅待機をされている方を中心に、連絡手段や健康管理のために、電話やメール以外に、面談の代わりに、Zoom(ズーム)というインターネットのシステムを活用したウェブ面談と、就労定着支援のためのウェブ日報支援システムSPIS(エスピス)によって支援が可能になっています。

・こうしたICTのシステムを活用し、まずは、不安やストレスをひとりで抱えないために、しっかりつながっていきましょう。



もし仕事の不安が起きた場合は

- 自宅待機になった場合や短時間出勤になった場合のお給料がどうなるのか、もしご自身で会社に質問するのが難しいのであれば、TALANTの担当者にご相談ください。
- テレワークの仕事内容がいつもの仕事と異なり、苦手な仕事であった場合、会社の方に自分で言い出せないときはTALANTの担当者にご相談ください。
- 休業補償により、6割程度の給料になり、暮らしていくのが大変になりそうになった場合は、TALANTまでご相談ください。
- もし、雇用の継続が厳しいと言われたり、配置先の変更を言われたり、転職を勧められたりしたら、TALANTの担当者にご相談ください
- マスク不足やアルコール不足で働く現場でコロナウイルスに感染する恐れを感じたら、TALANTの職員にご相談ください。

※そのほか、お一人で抱えこまず、家族やTALANTの職員まで相談してみてください。



ウェブアプリ・Zoom(ズーム)面談とは

- 直接お会いしての面談は感染予防のため、しばらく中断します。代わりにZoomというウェブを通じた面談を行います。<https://zoom.us/>
- スマホ、タブレット、カメラ付きのPCのいずれかがあり、インターネットができれば開始できます。
- 担当の職員から以下のような内容のメール等送られてきます。URLをクリックすれば、ネットワークにつながり、起動します。そのあと、パスワードを入力すれば開始できます。
- 事前にスマホやパソコンにアプリを入れておき、アカウントを取り、サインインをしておくとう便利です。
- この機会に、Zoomなどの勉強されてみるのはいかがでしょうか。YouTubeには説明チャンネルが複数あります。下記のサイトも参考にしてみてください。

<https://funtre-blog.com/category/zoom/>



トピック: ○○さん面談

時間: 2020年4月21日 11:00 AM 大阪、札幌、東京
Zoomミーティングに参加する

<https://zoom.us/j/95452713520?pwd=Sm9KLzNBSnIBeDMrWjNOT2pad3ZaQT09>

ミーティングID: 974 5231 3577

パスワード: 9944929

Zoomスタートまでの流れ

つながらない場合は
TALANTまで電話して
ください。

説明

担当職員より
Zoomミーティング
のURLとパスワード
が送られてきます。

面談時間がきた
ら、URLをク
リックし、パス
ワードを入力

画面が起動
し、スター
ト

担当者から
説明を受けて
下さい。

事前に担当
者にメールア
ドレスを教え
てください。
そのあと、
URLなどが送
ります。



スマホやパソ
コンに事前に
zoomのアプリ
を入れなく
ても、ブラウ
ザがあれば
起動します。

画面の左下のマ
イクがミュートに
なっていると音
が聞こえません。

障害のある方の定着システムSPIS（エスピス）とは

<https://www.spis.jp/>

SPIS 3つの特徴

<1> 当事者セルフチェック

- セルフチェック項目の設定
- 自己開示



<2> 当事者データの管理

- グラフ化による「見える化」
- データ解析による問題解決／緩和



<3> 担当者・支援者サポート

- 当事者との対話
- カウンセリングマインド／コーチングスキル

- 「SPIS」は2012年7月に開発・提供されたツールで、もともとは、奥進システム様(IT企業)が自社内の精神・発達障がいのある社員の職場定着支援のために開発したものの。
- 当事者が自分の状態を毎日記録し、それをグラフ化するシステム。セルフチェック項目は個々人が自由に設定が可能。
- 蓄積された日報データを分析することで、その人の調子が上下する傾向をつかむ手立てになる。
- ネットワークを通じて、当事者、担当者、外部支援者が信頼関係を形成します。

支援プラットフォームの形成



当事者：安心感・見守られ感の獲得
職場担当者：職場の仲間としての支援
外部支援者：専門的視点からの支援

当事者、職場担当者、外部支援者の三者による連携



平成26年度～

公益法人JKA 補助事業 RING!RING!プロジェクト

「簡単操作のWebシステムを利用した『精神障害者の継続雇用支援』」

受託団体：特定非営利活動法人 東京都就労支援協議会・TALAND野登 全国精神障害者就労支援事業所連合会

SPIS操作の実際

“セルフチェックと自己開示”



当事者入力画面（セルフチェック）サンプル

セルフチェック項目は自由設定！

2013/07/01 出欠 出席 欠席

服薬の有無 前夜 朝 昼 晩

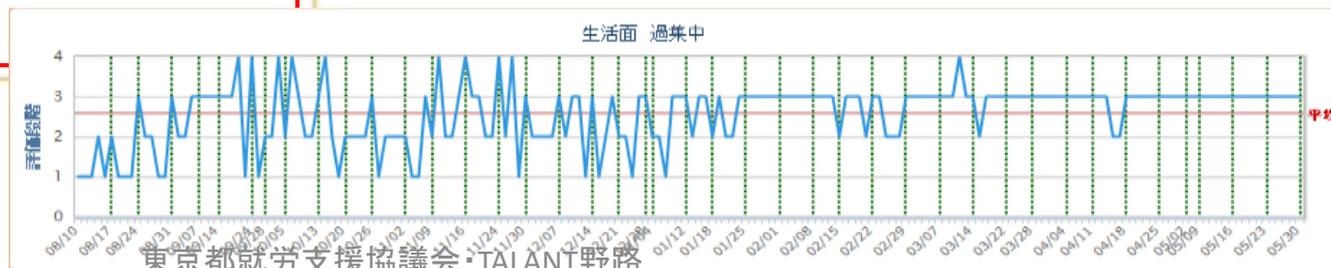
就寝時間・起床時間 22:00 ~ 05:30

ジャンル	評価項目	評価			
		よくない <----->			よい
生活面	睡眠	1	2	3	4
生活面	知覚過敏	1	2	3	4
生活面	しんどさ	1	2	3	4
社会面	思考などが阻害されてうまく反応できない	1	2	3	4
作業面	作業は集中して取り組めた	1	2	3	4
作業面	次の日に疲れを残さない工夫ができた	1	2	3	4
作業面	必要に応じて他人の仕事を助けた	1	2	3	4
作業面	自分の仕事を手伝ってもらった	1	2	3	4

意見・感想

- * ジャンル(推奨例)
 - 生活面／社会面／作業面
- * セルフチェック項目
 - 本人にとって重要な項目
 - 本人が分かりやすい言葉
- * 評価
 - 4点法による自己評価
- * 自由記載コメント
- * 服薬/睡眠

日々のチェックで中長期的な分析が可能
—グラフ画面サンプル—

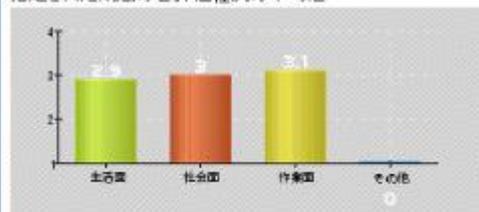


SPIS導入で得られる環境 “見える化”

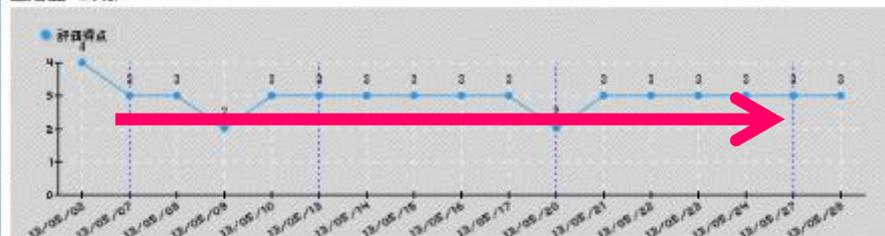


「見える化」されたセルフチェック項目の推移

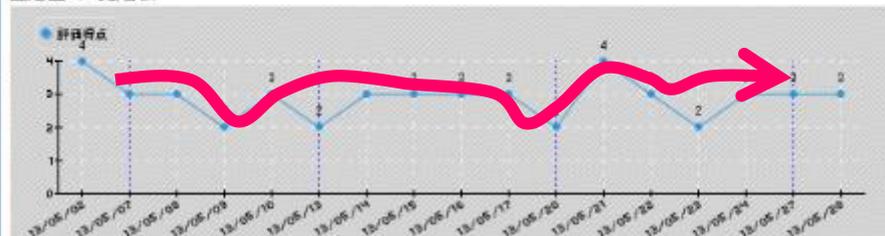
指定された期間の各評価種別の平均値



生活面 幻聴



生活面 知覚過敏



当事者：セルフチェック項目推移の客体化

- * 自覚しにくい症状や不調サインも多い
→ データ推移による新たな発見

支援者：当事者理解の指標となる

- * 精神不調は自らはあまり訴えないが、
放置すると突如エアポケットに
→ 見えない当事者変化への気づき

SPISには複数のメリット

①当事者ためのセルフチェック力の強化としての支援ツール

- 当事者自らのセルフチェックと自己理解を深めるため
- 言語化が不得意な人、文字化が得意な人のためのストレス発散や居場所となる

②個別のニーズ対応した柔軟性と便宜性の魅力

- チェック項目は個々人の生きづらさ、働きづらさに表記
- 柔軟に対応できるセルフチェック項目とスマホやPCで入力できる便宜性



③ツールとしての魅力

- 支援をしてくれる人との連携強化と信頼の形成
- ご自身で気づかない課題などに対する気づき



③企業や支援側が障害のある方をさらによく理解するためのツール

- 対話を通じて、支援者、職場担当者の障害理解
- 日々のやりとりの中で、体調の把握ができ、早め早めの問題発見と解決
- 面談時(リアルSPIS)に近況を振り返るための記録としての活用

SPISスタートまでの流れ

つながらない場合は
TALANTまで電話して
ください。

説明

セルフチェッ
クの項目と、
ご自身専用の
IDとパスワード
を決めてく
ださい

支援担当
者から
SPIS研究
所に連絡

URLが送
られてき
ます

URLから起
動し、ログ
イン後、チ
ェック開始

支援担当者
から事前に
説明を受け
てください。

支援担当
者に項目とID・
パスワードを
決まったこと
を連絡してく
ださい。



SPIS研究所
から支援担
当者にURL
が送られて
きますので、
当事者にご
案内します。

スマホでもパソ
コンでも使用可
能です。入力の時
間は決めておい
た方がリズムが
保てます。

SPISを使ってみる際の準備



◆ ご自身のセルフチェック項目を作成しましょう。
※少なくとも4つ以上7つ以内の項目を決めてください。
※セルフチェック項目の選び方は、次のページを参考にしてください。

◆ ログイン・パスワードを決めましょう
※忘れないようにしましょう。英数字を組み合わせてみましょう。
※パスワードを決めたら、担当者の支援者に伝えてください。

セルフチェック項目を選ぶ際のポイント

◆ 4つ以上7つ以内の項目を決めて下さい。

・今回はコロナウイルスによる緊急対応のため、共通項目を3つ設けました。

①睡眠に関すること、②不安に関すること、③体調に関することの3つです。

※3つの項目の表現は自由です。例えば、「睡眠がしっかりとれたか」「不安が大きかったか」「体の具合はよかったか」などの表現。

◆ そのほかの項目は自由に決めていきましょう。自分が安定して生活していくために必要な自主管理の項目を選ぶことがポイントです。

- 症状・課題はみな違う:「幻覚」「疲れ」「集中力」「スピード」etc.
- SPISは他人評価、人事考課・査定のためのものではありません



◆ チェック項目名は、自分にじっくりくる表現が重要です！

- 同じ疲労・倦怠感でも、人によって「しんどい」「疲れる」「だるい」など表現は多彩です。自分らしい表現を決めて下さい。
- あまり長期に変化が見られなければ、項目を変更することも可能です。
- セルフチェック項目の選択、さらにその表現方法は人それぞれです。

SPISの利用条件

- ◆ 利用料はかかりません。今回、SPISを管理しているNPO法人全国精神保健職親会(Vfoster)様と一般社団法人SPIS研究所様のご厚意により、助成による無償提供をさせていただいております。
- ◆ SPISの利用期間は最低3か月となっております。本人の希望により延長することも可能です。その際は必ず、担当者にご相談ください。
- ◆ またSPISを終えたい時は担当者にご相談ください。担当者の記述なしでのセルフチェックのみのご希望も可能です。
- ◆ セルフチェックの入力は平日だけでも良いですし、毎日でも良いです。ただし、コメントは平日のみとなります。



この時を共に乗り越えてみましょう!!

東日本大震災が起きた時、こんな酷い災害が人生において起きるとは誰もが想像できなかったと思います。

そして今回は予想もしなかったウイルスによって社会が圧倒されています。人生には、とても不安で怖いことが起きます。ただ、これらの怖い出来事よりも、もっと恐れなくてはいけないことは、こうした不安や恐れに自分が飲み込まれてしまうこと。そして、気持ちや体調のコントロールができなくなることです。

自分をコントロールをするために必要なことは、慌てず焦らず諦めず、粘り強く日常生活をキープすること。そのため、人と人がつながることが大切です。ただ、コロナウイルスは人同士の接触を回避することが感染を予防します。幸い今は人とつながるため、インターネットやICT技術が発展しています。こうした技術を活用し、つながっていくことが大切です。

またこの厳しい局面を、「乗り越えたらラッキー」と思うだけなのか、それともこの局面を何かのサインだと考え、「新たな生き方や働き方を求めていくための大きな転換点」だと思うのか、それによって、その後の人生の歩みも変わっていくのかもしれませんがね。

不安や焦りに心を奪われるのではなく、この機会を大切に、共に乗り越えていきましょう。

TALANTセンター長 野路

