

# 職場体験レポート

ミッヅー さん

体験先 おかやまコープ（コープ東川原店）

体験期間 2週間

現在、体験先で就労中



体験先のおかやまコープ  
コープ東川原店様

## プロフィール・・・

約5年間ひきこもり、カウンセラーからサポステを勧められ通い始めました。現在も定着支援でお世話になっています。

## 職場体験に参加したきっかけ・・・

サポステ職員さん勧められて。職場体験後、就労された方がいる話を聞いて、勇気をもらいました。

## 職場体験の流れ・体験内容・・・

1週目→ 農産物の品出し、カット作業（4時間×5日間）

2週目→ 農産物の品出し、カット作業、接客対応（4時間×5日間）

## 職場体験に参加した感想

職場体験以前は、自分が働いているイメージが全く持てず、自信もなく不安がいっぱいでした。しかし、実際に始めてみると、面接から最終日までサポステスタッフの支援があり、仕事の内容にも配慮があり何とかやり遂げることができ少し自信ができました。職場の方も丁寧に指導して下さい、毎日のフィードバックにも時間を割いて下さり、自分だけでバイトに応募した場合には出来ない経験をさせて頂きました。一人きりで悩んでいたら、きっとまだ行動できずにいたでしょう。サポステの勧めに乗かって良かったです。ありがとうございました。



農産物の品出しの様子

## 職場体験のココがおすすめ！

最初の面接にもスタッフの方が付いてきて下さって助かりました。サポステを通して体験させて頂いたからこそ配慮のある指導をして頂けたんだと思います。

自分でハローワーク等から応募するのが大変だと思う方にはぜひぜひおすすめですよ！！