

選択肢は無限大！



就労継続支援B型 お仕事図鑑

自分に合う「働き方」を見つけるヒント





アイデンド（八戸・十和田）

NotebookLM

「B型事業所って、
実際どんな仕事を
するんだろう？」

「自分にできる作業が
あるか不安……」

「今まで仕事が
続かなかった……」

そんな疑問や不安、ありませんか？

就労継続支援B型の作業内容は、
事業所によって本当に様々です。
「これ」と決まっているわけ
ではありません。

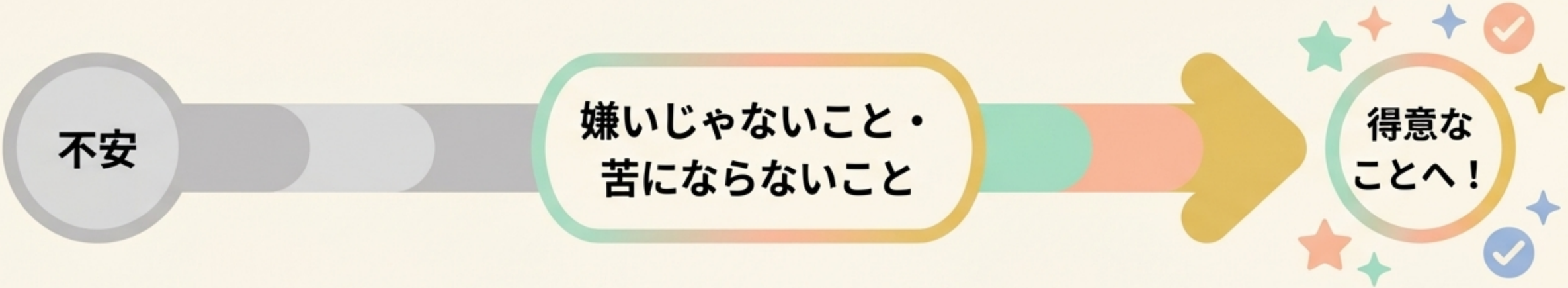
まずは知ることから
始めましょう



NotebookLM

作業の選択肢は無限大。
「好き」や「得意」から選ぼう





- 最初から完璧にできる必要はありません。
- まずは「嫌いじゃないこと」「苦にならないこと」から始めてみましょう。
- それがいつか「得意なこと」に変わるかもしれません。

＼きっと見つかります！／

NotebookLM

あなたのタイプは？
4つの作業カテゴリマップ

＼次のページから、
それぞれの詳細を見ていきましょう！／

アクティブ・体を使う

【施設外就労】



【生産・製造・販売】



自分のペースで

誰かと一緒に・
社会と繋がる

【軽作業・手作業】



【パソコン・IT】

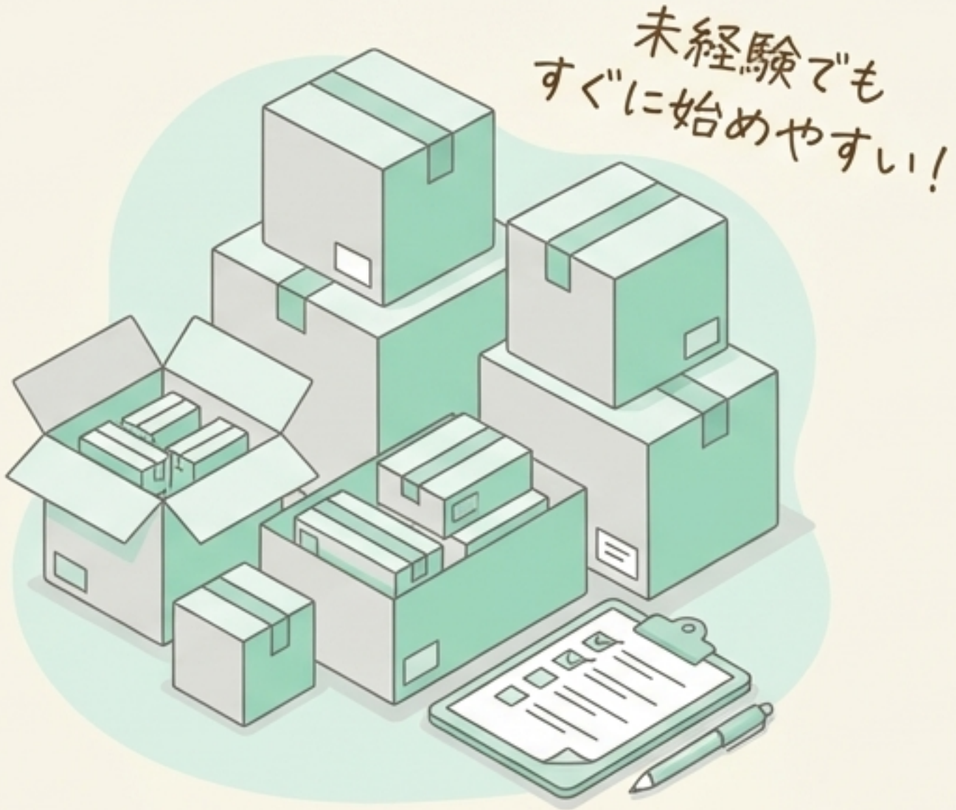


コツコツ集中・座り作業

NotebookLM

1. 軽作業・手作業系

コツコツ集中したい方へ



検品・封入・シール貼り：DM封入、商品の袋詰めなど。正確性が求められますがマニュアル化されており安心。

組立・加工：ボールペンや箱の組立。プラモデルや手芸が好きな方に。

解体・分別：家電の部品解体やリサイクル分別。手順が決まっています。

見学時のチェックポイント

「マニュアルの有無」を確認しよう！
手順が視覚的に分かりやすいかどうかが継続の鍵です。

NotebookLM

2. 生産・製造・販売系

ものづくりが好き、やりがいを感じたい方へ



パン・お菓子製造：生地作りから袋詰めまで。
計量から体力を使う作業まで幅広く存在。

農業・園芸（農福連携）：野菜や花の栽培。
土に触れるリラックス効果も。

接客・カフェ運営：レジ打ち、配膳など。
人との関わりが好きな方に。

💡 見学時のチェックポイント

「立ち作業と座り作業の比率」や「どこまでの工程を担当するか」を確認し、ミスマッチを防ぎましょう。

NotebookLM

3. パソコン・IT・クリエイティブ系

デスクワーク志向、将来のスキルを活かしたい方へ





データ入力・文字起こし：名刺入力やアンケート集計。基礎的なタイピングスキルが身につきます。



Web制作・デザイン・動画編集：バナー作成や動画編集。専門ソフトを使う事業所も。



ネットショップ運営・eスポーツ：出品作業や在庫管理。eスポーツに取り組む事業所も増加中！

💡 見学時のチェックポイント

「初心者向けの入力補助」や「タイピング練習」から始められるか、難易度が段階化されているか確認しよう。

NotebookLM

4. 施設外就労

より一般就労に近い環境でステップアップしたい方へ



清掃・ビルメンテナンス：
ホテルやオフィスの清掃作業。

バックヤード業務：
スーパーや倉庫での品出し、
ピッキング作業。

物流・配送補助：
配送センターでの仕分けなど。

見学時のチェックポイント

事業所の外に出て企業の中で働くスタイルです。
サポート体制や現場の雰囲気をスタッフに聞いてみましょう。

NotebookLM

あなたに合うのはどれ？作業スタイル比較表

カテゴリ	必要なコミュニケーション	体力・動き	一般就労への直結度	成果物の見えやすさ
軽作業	少なめ ★	座り作業中心	中程度 ★★	中程度 ★★
生産・製造	中〜多め ★★	立ち作業・アクティブ	中程度 ★★	とても高い ★★★
PC・IT	少〜中程度 ★	デスクワーク中心	とても高い ★★★	中程度 ★★
施設外就労	多め（挨拶等） ★★★	立ち作業・アクティブ	とても高い ★★★	中程度 ★★

自分の体調や「こうなりたい」という目標に合わせて選ぶのがポイントです。

NotebookLM

八戸・十和田

アイデンドの多様な作業メニュー

私たちアイデンドでは、一人ひとりの「得意」や「将来の目標」に合わせて、多様な選択肢をご用意しています。



NotebookLM

「あなただけの働き方」を一緒にデザインします

体験利用を通じて、実際の作業を少しずつお試しいただけます。

柔軟に組み合わせ！

Aさんの場合

午前: PC作業で集中

午後: eスポーツで楽しくコミュニケーション

Bさんの場合

まずは「軽作業」で自分のペースを掴むことからスタート



👩‍💼 支援員より：「これならできそう！」「楽しい！」と感じられるものを、　焦らず一緒に探していきましょう。

NotebookLM

見学・体験前の「よくある不安」解消Q&A



「全く経験がなくても
パソコン作業はできる？」



ご安心ください！

大丈夫です！電源の入れ方や
タイピング練習から、ご自身の
ペースでスタートできます。

ご安心ください！



「体力に自信がないから
立ち仕事は不安…」



座って行う軽作業やPC作業が
たくさんあります。
面談で体調をご相談ください。



「途中で作業内容を
変えたくなったら？」



柔軟に対応！

もちろん可能です！
「合わなかった」「新しいこと
に挑戦したい」など、いつでも
柔軟に対応します。

NotebookLM

まずは「見学」で、雰囲気を感じてみませんか？



無理なく続けられる作業を見つける第一歩は、実際の環境を見てみることです。
アイデンド（八戸・十和田）で、あなたにぴったりの「働き方」を一緒に見つけましょう。

施設見学・体験利用のお申し込みはこちら

TEL：お問い合わせ窓口へ

Web：アイデンド公式HP

スマホから
簡単予約

お気軽にご相談ください！

NotebookLM