

Nov. 2014
No. 204

熊山ハイキング 2014/10/25

11

特集:『あなたらしい生き方を応援!』

就労移行支援事業所「ジョブサポートセンターあすなる」の取り組み

ぱる通信

地域精神保健福祉コミュニティー誌



ジョブ サポート センター あすなろ
Job Support Center ASUNARO



特集:『あなたらしい生き方を応援!』

就労移行支援事業所「ジョブサポートセンターあすなろ」の取り組み

毎年、八割以上の就労移行率!

始まりは『仕事探し』から
一人ひとりに基づくサポート

あすなろ福祉会が誕生し、来年で二十年の節目を迎えます。これまで地域や多くの市民の方々に支えられ、障がいのある仲間たちの生きがいや生活を取り戻し、希望を持って人生を歩んでいける、「リカバリー」を支援の目標に活動を続けてきました。平成二十年四月より、「障害者自立支援法」の体制に移行し、現在では「就労移行支援事業（定員二十名）」、「就労継続支援事業（定員十名）」の「多機能型事業所あすなろ」としての運営を開始し、毎年十五名から二十名の方が就労に結びついています。

今月号では、「ジョブサポートセンター」での就労支援の概要や実際に働いているメンバーの体験を紹介します。

あなたの夢・大切なことは何ですか?

「働くために必要なもの」は何だと思いますか？生活リズムを整っているのでしょうか？症状が安定していることでしょ？私たちが考える働くために必要なものは、あなたが大切にしている「夢」や、それを実現させたいという熱い思いである「情熱」、そしてそれ支持していく「サポート」の存在だと考えています。私たちは、あなたの夢や大切にしているものを実現できるように、共に考え、失敗をネガティブに捉えず、希望を持ち続けサポートを行っていきます。



これまでの就労支援は、精神障がいのある方は対人関係が苦手で、ストレスに弱いところが見られるため、訓練をしてからでないと働けないと考えられ、訓練重視の就労支援が提供されていました。しかし、仕事探しを早く行って、実際の仕事職場に合わせてサポートをした方が上手いくことが分かりました。更に、「本人の希望や気持ち、長所を尊重し、チームで支える事により、高い就職率や定着率が確認できました。」の方法を「一人ひとりと呼びます。

一人ひとりとIndividual Placement & Supportの略で個別職業紹介とサポートモデルと訳されています。「このモデルは、一九九〇年代前半、アメリカで開発された「一人ひとりが働く」とへの応援の方法です。IPPSは、多くの研究で今までの支援法より早く、長く働く」とが証明されています。

応援1 『はじまり』

「働きたい」と表現した時が、準備が出来た時と考えています。症状が軽く年単位で安定しているものを実現できるように、共に考え、失敗をネガティブに捉えず、希望を持ち続けサポートを行っていきます。

応援2 「働く場所選び』

実際に、あなたがやりたい仕事や得意な分野を中心を探していきます。決して支援者が考える「あなたのできる仕事」ではありません。収入と生活のバランスを考えながら、働き方と一緒に考えていきます。あなたのチャレンジを後押ししていきます。

応援3 『働いてみる』

「ジョブコーチ」という専門の資格を持った三名のスタッフが、あなたや企業の方へのサポートを行います。障がいについてオーブン、クローズは問いません。もちろん短時間、短期間から始めて構いません。必要な間はサポートを行います。

【あなたへのサポート】

- * ハローワークや職業センターへの同行
- * 職場見学や面接同行
- * 職場での人間関係やコミュニケーションに関する助言
- * 手順書やスケジュール表の作成など、仕事に適応するためのサポート
- * 病気や障がいについての理解を促す。
- * 仕事の指示の仕方や、配慮すべき所、対応方法などを伝える。
- * 業務内容や勤務時間などの調整。

私たちが目指すサポートのゴールは「職場に定着すること」「生活が安定すること」だけではあります。あなたの夢や新しい自分の魅力を再発見し、また、離職をネガティブなものと考えず、就労体験から学んだことを、次の職場に臨む際に活かす事ができるようサポートしていきます。

【就職後のフォローアップ】

- * 定期的な職場訪問
- * 業務内容や勤務時間などの調整
- * 医療機関との情報共有
- * やむを得ず、離職に至った後の再就職支援
- * 就労以外の生活相談

本当に働くための準備をしなくて大丈夫?

— P.S.は、すぐに就職活動や職場内の就労支援だけを行うように誤解されがちですが、面接練習や仕事探しなどの「働く」と「サポート」と「病気との付き合い方」や「自分自身を知る」と「のサポートも同時に行います。体調の崩し方のサインと一緒に見極めながら、担当スタッフと細目にやりとりを行います。「ジョブサポートセンターあすなう」では様々なプログラムが企画されており、希望するプログラムを選んで参加することができます。

ジョブサポートセンターのプログラム

●施設内プログラム

『つづり』

毎日の生活の中で、自分の考え方やして欲しいこと

を相手に上手く伝えたり、相手の「いつ」と「どこに手に応える」ことが出来るように練習する場です。

『WRAP』

WRAPとは日本語では元気回復行動プランと言われています。病気や障がいと上手く付き合うための対処方法について、グループの中で自己理解を深めます。

『就労セミナー』

履歴書や職務経歴書の作成、面接時のマナー等就職に役立つ知識を学びます。

『パワーネーション力UP講座』

対人関係を上手く築いていくためのパワーネーション法を楽しく学びます。

『いやし場』

発達障がいの方、パワーネーションが苦手な方の座談会です。その他、パソコン講座、健康講座、ソフトボールなど、希望に応じてプログラムを行っています。



コミュニケーション力UP講座



健康講座

応援4 『より上を目指す!』

「働いた経験がないから自信がない」「どんな仕事が自分には向いてるの?」そんな方は実際の職場で体

験する」とが出来ます。

【グループ実習】

現在では、週二回、グループで一般企業での仕事体験を行っています。開始前には皆で、身だしなみや作業確認を行うなど、より一般企業に近い環境で実習を行っています。

【企業実習】

働きたい気持ちは出てきたけど、本当にその仕事が自分に合っているの？求人票の仕事内容がイメージできない…などの不安を解消するために、それぞれの希望に沿った職場で、実習を行うことができます。実際に就職する前に体験する事で、職場の雰囲気や環境や業務内容などを知る事ができます。



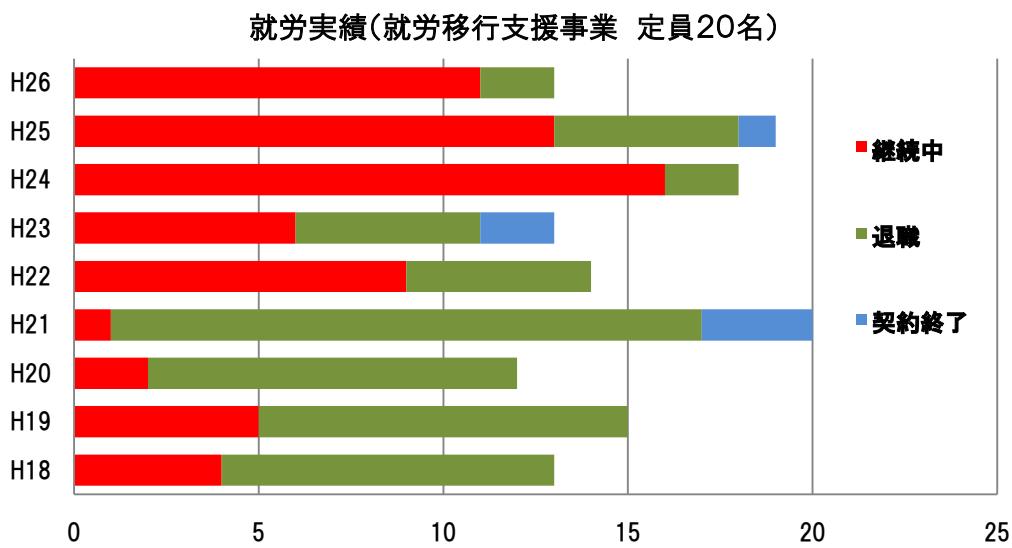
自動車整備会社での実習



食品製造会社での実習

これまでの就労者数

様々な企業に就職し、事務、製造、清掃等、業種も様々です。(平成二十六年度は、十一月一日現在のもの)



店長の言葉に励まされ
勇気をもらいました・・・
利 用 者 か ら



病名は、広汎性発達障害と診断されています。
僕の名前は、Sといいます。三十七歳です。

症状として、自分で自覚している事は、音に敏感で対人関係で緊張しやすく、自分の思った事を相手になかなか伝えられない、服装へのこだわりが強い、イライラしやすいということです。調子が不安定になるサインとして、頭痛がする、忘れ物が多くなることなどがあります。頭痛は頭痛を飲むと安定しています。

働くまでの経緯ですが、五年半働いた会社を退職後、あすなろジョブサポートへ仕事を探しのために、座学を中心に通うようになりました。あすなろでは毎日通り、体調を調整していました。あすなろに通っている途中、仕事をしていない後ろめたさなどで体調が不安定になり、休みがちになりました。その度にスタッフのTさんには大変お世話になりました。ありがとうございます。ありがとうございます。

次第に働きたいという気持ちも強くなり、スタッフさんとハローワークに毎週一回は通うようになりました。ハローワークのNさんの協力にも感謝しています。ありがとうございます。

そこで、マルナカの品出し作業の求人を見つけ、自分に向いた仕事だと思いました。面接を受け、一週間の実習を経験した後に採用が決まりました。嬉しかったです。勤務時間は、一日五時間、週五日働いています。

職業センターのジョブコーチ支援も入り、職業センターのスタッフ、あすなろ福祉会のスタッフが一

緒に入つてくれたので仕事がしやすかつたです。

仕事内容は、品物を売り出場へ品出しをする作業、商品の賞味期限が間近な商品をチェックする作業、賞味期限間近の商品に機械を使い、シールを出し、表示価格を変えて陳列する作業、ドリンク商品の補充作業を主に行っています。食品部門の品出しは任せてもらえるようになりました。

上司や同僚との関係では、店長、副店長、三人の品出し部門の方たちは、僕を心配してくれます。嬉しかったことは、仕事を休みがちになった時に店長から「○さんがいないと仕事がまわらんと思ってました。

職場に配慮してもらつていいことは、職業センターのジョブコーチ、あすなるスタッフさん、○さんが困っている」とを会社の方に話をしてくれることによつて、仕事がスムーズに進むようになりました。仕事終わりに、○さんが話を聞いてくれて嬉しかつたです。

働き続ける工夫は今も試行錯誤中です。気を付けていることは、生活リズムを整えるために、十時には寝て、六時には起きるようにしています。朝、体調が悪いので、朝の気持ちをハントロールする事です。

競争率の高い事務志望だったため、なかなか就職に繋がらなかつたのですが、利用開始から一年半が経過した頃、あすなるスタッフさんから「○という求人があるんだけど」という紹介を受け、私自身もその求人に魅力を感じ、会社見学や実習などを経て、その不動産会社のパート事務として働く」となりました。現在は一日六時間×週五日の勤務になりました。現在は一日六時間×週五日の勤務になりました。

これまでの「働く」と「サポートを通じて実感しているのが、「仕事をする」という過程を通じて、再生し変化していくところです。

「これまでの訓練重視の就労支援モデルだと、支援者が一般的な働ける基準」というのを設定します。一応、「この本人の希望は聞いてくれますが、「できない」と」をあげて、一定のレベルに達していないという理由で訓練する」とを勧められます。

しかし最近では、初回エピソード（発病した初発時）の方に対しても、早期に就労支援を考えたサポートを行っていくことで、予後が大きく改善することができると報告されています。「働く」とで、自信がついたり、病気や障がいに対しても対処できるようになります。

いかにも「本人に寄り添い、気持ちや良さを引き出し、関係スタッフの協力を得ながらサポートを進めしていく」とができるか、私たちスタッフ自身も多くも細目に調子を聞いてくださったりサポートしていく、何かあった時に相談できる人がいる」ということを、とても心強く思っています。

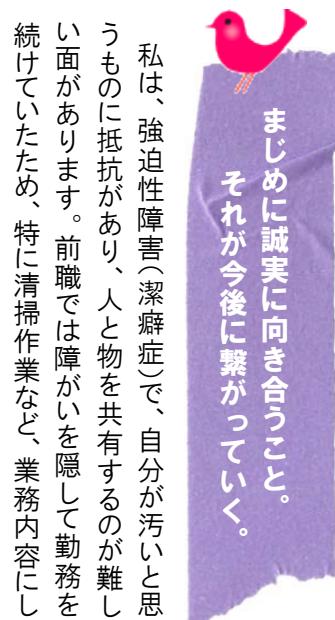
まだ今の仕事に就いてひと月ちょっとで、働き続ける工夫などは分かりませんが、まじめにやる」とをやり、誠実に人と接していれば、必ず良い結果に続けたため、特に清掃作業など、業務内容にし

繋がっていくと思っています。自分の努力が報われない期間があつても、頑張つていれば見ている人はちゃんと見ていて、それが就職にも繋がっていくと思います。

◆あなたのチャレンジを応援します！



*「ジョブサポートセンターあすなろ」への見学、体験希望は随時受け付けています。☎086-270-2237



私は、強迫性障害（潔癖症）で、自分が汚いと思うものに抵抗があり、人と物を共有するのが難しい面があります。前職では障がいを隠して勤務を続けていたため、特に清掃作業など、業務内容にし

また、あすなるのスタッフさんは、会社見学や実習や面接に同行して下さつたり、働き始めた現在も細目に調子を聞いてくださったりサポートして頂いて、何かあった時に相談できる人がいる」ということを、とても心強く思っています。

まだ今の仕事に就いてひと月ちょっとで、働き続ける工夫などは分かりませんが、まじめにやる」とをやり、誠実に人と接していれば、必ず良い結果に

あっとう間に 11月ですね！冬の足跡が聞こえてきましたね！みなさん、冬支度はできていますか？？

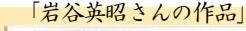
投稿コーナー

精神科医療センターでWRAP!



プログラムにて、WRAPをしてきました。
ジワジワっと心にしみる会でした★

報告♪彼氏がで
きました★さか
もとゆか



A vertical banner for "ぱるりこ広場" (Parurico Plaza). The text is written in large, flowing white and red Japanese characters on a yellow background. A purple circle containing the first two characters "ぱる" is positioned at the top left. Three red maple leaves are scattered around the characters: one above the third character, one to the right of the fifth character, and one below the eighth character. The banner is framed by a thick black border.

感想・投稿 募集中!
詩、俳句、絵、ジャンル不問
です。郵便、メール fax 等でご
投稿下さい♪待ってます★

古樂日和

藤井健喜

カードでピラミッドが完成！
絶妙なバランスで保っています！



「将棋やトランプがしたい！」
とう声が挙がり、十月一六日、
一月六日にテーブルゲームサ
ークルを開催！将棋のルールが
分からぬ方も詳しい方に教わ
りながらチャレンジされていま
した！その他、オセロやカード
ゲームをされたり、思い思い楽
しまれているようでした★興味
のある方はご気軽にご参加くだ
さいね♪

十月二三日（木）、「つどいをしました★
今回のテーマは「夜つらい時、寂しい時に工夫していること」と「秋の味覚で美味しいもの」でした。

ハジラキ

りする。「普段したいと思っていたけれど、なかなか出来ていなかつたことをする。」「携帯電話の占いを見る。」「音楽を聴く。」「ジユースやお酒を飲む。」「ヨガをする。」「ＴＶを見る。」「いのちの電話をや二十四時間電話相談に電話をする。」というような話が出ました。「秋の味覚で美味しいもの」では、サツマイモ、栗、かぼちゃ、柿、梨などの甘い味覚や、牡蠣、きのこなどの鍋に入れたり美味しい味覚の話題が出て、最後は料理の仕方でよし美味しくなるという話になりました。

「夜つらい時、寂しい時に工夫していること」では、「寝る前にラジオや好きな歴史の本を読んだりしている。「寝づらいときにはお腹を満たして過ごしていられる。(ラーメン)」「自分で頭の中を整理する時間にしている。「お風呂にゆつたりと入る。」「瞑想する。」「アロマを楽しむ。」「長電話を友人や信頼している人とする。」「ブログを書いたり、読んだり

十月最初の木曜日、少々蒸し暑かつたので、アイスコーヒーでも飲もうかと思ふ立ち、例の赤いコカ・コーラの自動販売機のある場所まで出かけて行つた。この日は予報では雨が降ることになつていたのだが、未だ雨は降つていなかつた。ただし空は曇つていた。そして目的の自動販売機の前まできて、財布を取り出し、硬貨を入れようとしてがく然となつた。アイスコーヒーがないのである。すべてホットになつっていたのだ。アイスコーヒーを示す青いボタンが並んでいた箇所は、全部ホットコーヒーを意味する赤いボタンに変わつていた。

熊山トレッキング♪

十月二五日（土）熊山
ヘトレスキングに行つ
てきました！！

参加者は全員で一三一



展望台と机とベンチがありました。古代遺跡があり、その奥には景色が見渡せる陶芸の芝先生お手製の弁当を食べました。頂上で、朝にみんなで作ったおにぎりとた。頂上で食べる「飯はとても美味しかった。」

トから登りました★今
回は山のふもとからと中間地点から登
るコースに分かれて登りました。木陰が
心地よく感じられて、一歩ずつ落ち葉を
踏みしめる感覚や、登り下りで会う登山
者とのあいさつ、譲り合いの心がとても

『秋季もも太郎杯浦安グラウンド本戦』に向けて、予選会が一〇月一〇日(金)に浦安グラウンドにて開催されました。あすなろ福祉会のソフト

ソフトボール大会 予選会♪

あすなろ家族の会 日帰り温泉へ行つて



座学からコンニチワ

ジョブサポートセンター Job Support Center Asunaro あすなろの就労プログラム

「ジョブサポートセンターあすなろ」では就労を目指す方に座学を提供し、グループで意見を交換しながら「就職」に向けてモチベーションを高めています。座学の一部をご紹介します



田中の料理教室！音

ないという方や一人暮らしを将来したいけれど、料理は不安といったみんなの声も多く寄せられ、今回、初の試みとして、ジョブのプログラムの中で「田中の料理教室」を10月27日(木)に開催しました。参加者は6名で、一人に一つ土鍋を用意し、キムチ鍋を作りました。盛り付けや味の調整、材料も一人ひとり自由に行い自分だけの鍋を作ることができました。みんなで、鍋を囲み、和気あいあいと楽しく料理が出来ました。次回は11月27日10時からです★

座学への参加には「ジョブサポートセンターあすなろ」の登録が必要になります。お問合せは 086-270-2237 まで

INFORMATION

11月の予定

11月		
10	月	
11	火	パソコン講座 10時～ 芸術活動「絵画」10時～ 「陶芸」13時～
12	水	SST 10時～ ぱるレク 11時～
13	木	
14	金	男の料理教室 10時～ 忘年会実行委員会 13時半～ ソフトボール 15時～
15	土	お抹茶教室 14時～ あすなろ家族の会家族交流会 13時半～ ちようフェスムービー班 17時～
16	日	カラオケサークル 10時～
17	月	
18	火	パソコン講座 10時～ 芸術活動「絵画」10時～ 「陶芸」13時～ いやし場 13時半～
19	水	つどい 10時半～ 手芸サークル 13時半～
20	木	WRAP10時～
21	金	ソフトボール 15時～
22	土	ぱる閉所 『岡山映画祭』
23	日	
24	月	振替休日
25	火	パソコン講座 10時～ 芸術活動「絵画」10時～ 陶芸 13時～
26	水	SST 10時～
27	木	
28	金	忘年会実行委員会 10時半～ 女子会 14時～15時半 ソフトボール 15時～
29	土	
30	日	
12月		
1	月	
2	火	パソコン講座 10時～ 芸術活動「絵画」10時～ 陶芸 13時～ ちようフェス実行委員会 13時半～
3	水	
4	木	1泊2日 あすなろ忘年会
5	金	
6	土	
7	日	

※日程が変更になることもありますのでご確認ください。

- 発行:社会福祉法人あすなろ福祉会
- 〒703-8256 岡山市中区浜475-5
- 編集:ぱる・おかやま
- TEL:086-270-3322 FAX:086-273-9692
- E-mail:pal-oka@mx35.tiki.ne.jp

いやし場

～発達障害の人や人付き合いが苦手な人の座談会～

今回が2回目です★

興味のある方はお気軽にご参加ください (*^-^*)

時間 13時半～15時

場所 ぱる・おかやま 2階

28日（金）おしゃべり大好き女子集まれ！ 女子会♪

毎月1回、楽しい雰囲気の中、テーマを決めて女子トークに花を咲かせています。

時間 14時～15時半

場所 ぱる・おかやま 2階

11日・18日・25日（火） 芸術活動 絵画・陶芸

芸術の秋ですね～*

絵や陶芸をして独創的な自分の作品と一緒に作りましょう。アート展も企画中です★

時間 絵画 10時～12時 陶芸 13時～15時

場所 ぱる・おかやま 1階

15日（土）

お抹茶教室

みんなでまったりお抹茶とおいしい和菓子を食べませんか？(^♪)

時間 14時～15時

場所 ぱる・おかやま 2階 ※参加費 100円

『ぱるスペースMOMO』営業お休みのお知らせ

現在、『ぱるスペースMOMO』は、店内整備の為、お店の営業をお休みさせて頂いています。お店の再開が決まり次第、皆様にお知らせさせて頂きます。どうぞよろしくお願ひ致します。

MOMOスタッフ一同

<11月のピア電話相談日>

ピア電話相談とは

同じような病気の経験をしたピサポーターが、お電話

あなたのお悩みをお聞きしています^~^

**ピア
電話相談
(086)
270-3325**

お気軽におかけ下さい！

9期生加入了☆☆☆

	火	水	木	金	土
11	12	13	14	15	
AM ○ X X X ○					
PM X X X X X					
18 19 20 21 22					
AM ○ ○ ○ X X					
PM ○ ○ ○ X X					
25 26 27 28 29					
AM ○ X ○ X ○					
PM X X ○ X ○					