

# ぱる通信

地域精神保健福祉コミュニティー誌

5

No. 234  
春号 2018



あなたのやりたいコト見つけよう！  
特集：『あすなろ福祉社会の就労サポートとは？』



## あなたのやりたいコト見つけよう！ あすなろ福祉会の就労サポートとは？



### ■「仕事」＝「お金」？

あなたにとって、働く意味や目的は何でしょうか？仕事には当然その対価として、お金をもらう意味がありますが、働く目的は、それだけでしょうか。

あすなろ福祉会では、これまで多くの方々の働くためのサポートを続けてきました。その中で感じていることは、「充実した人生を送りたい」「意味あることに自分を活かしたい」と願っている方が多いということです。これは、障害のあるなしに関わらず誰もが願うことだと思います。

リカバリーの過程において、「充実感」「満足感」を感じることはとても重要なことです。私たちは、「働く」ことがただ単にお金を稼ぐための手段としてだけでなく、「働く」ことそのものに生きがいや喜びなどの目的を込められてこそ、充実感を感じることができると実感しています。

今月号では、「働く」ということに視点を置いて、あすなろ福祉会でのサポート体制を紹介していきます。

#### 就労支援の特徴

IPSモデルを取り入れた就労支援を行っています。みんなの「働きたい」という希望を尊重し、「働くことを含むその人の人生」の実現に向けた支援モデルです。その根底にあるのは、「どんなに重い精神障がいを持つ人々であっても、本人に働きたいという希望さえあれば、本人の興味、技能、経験に適合する職場で働くことができる。働くこと 자체が治療的であり、リカバリーの重要な要素となる」とい

「ジョブサポートセンターあすなろ」では、仕事を通じて、障がいのある方が人としての誇りと自信を回復し、自分らしい人生を歩んでいくことを大切にしています。  
障がいのある方の、これまでの経験、興味や関心といった「ストレングス（強み）」に焦点を当て、一人ひとりに合った「仕事探し」をご提案させて頂きます。同じ「悩み」「不安」「目標」を持った仲間がいるから「頑張れる！！」そんな「場所」の提供を行っています。

「就労移行支援事業」  
**ジョブサポートセンターあすなろ**



## 就労に向けたプログラム



- ・業務内容や勤務時間などの調整
- ・必要に応じ、医療機関の連携
- ・就労以外の生活相談
- ゆくゆくは、会社どき本人とで解決できぬでござる関係が理想です。スタッフの支援頻度は入社直後から継続していくにあたり徐々に減つてまいります。
- ・病気や障害の理解の促進
- ・業務内容や勤務時間などの調整
- ・仕事の指示の仕方や、配慮すべきところ、対応方法などの助言
- 就労に向けた様々なプログラムを行っています。「就労に向けた座学」、「健康・生活を意識した座学」、「気持ちへの働きかけを意識した座学」、「レクリエーション」を大枠に、利用者の希望とニーズを取り入れて組み立てています。一人ひと

プログラムの座学の様子



GATB 検査用



りの就労のペース、希望する働き方は多種多様です。プログラムの場では、それを活かした意見交換の場や、新たな視点の獲得の場になることを心がけています。プログラムについては、あすなろ福祉ホームページに掲載されていますのでご覧ください。

### 【企業への支援】

- ・病気や障害の理解の促進
- ・業務内容や勤務時間などの調整
- ・仕事の指示の仕方や、配慮すべきところ、対応方法などの助言

### 特徴的なサポート内容

「**GATB (厚生労働省編一般職業適性検査)**」をはじめ、基本的なパーソナリティや社会的場面での**対人行動特性**を見る検査、興味や傾向を探つて**職分野を分類する検査等**、様々な角度からの分析を行います。

今年度より、「**自分発見プログラム**」を取り入れ、様々な統計学に基づいた検査によつて、客観的に自分自身を見つめることで、「理解している自分」と「まだ知らない自分」を発見していきます。職業適性を見る**GATB**は丁寧に行なっています。

### 大切にしていること

部分であり、就職を含むキャリアの参考にするためのものですが、検査結果のフィードバックは丁寧に行なっています。私たち、仕事を通じて、本人が自分の強みを信じ自分の人生を、前向きに歩んでいくことを応援したいと思っています。就職を目指す中では、自分の強みだけでなく、苦手な事も目指す中では、自分の強みの当たりにしていきます。そこで悩み、苦労される方もおられますのが、それを気付きや経験値にかえて行けるように、スタッフも共にチャレンジする姿勢や、日々のかかわりから見える本人の強みを共有することを大切にしています。

## メンバーさんの声

### 『イーオン配送センター』で働いて

初めまして、堀川裕基（ほりかわゆうき）と申します。株式会社イーオンの配送センターで仕事を始めて一週間になります。イーオン配送センターの業務では、一日七時間 週五日 朝十時から夕方十八時まで勤務しております。

業務内容は、全国各地へ発送する語学教材を分類、ピッキング、箱詰め作業を中心に取り組んでいます。業務の中で求められるスキルとしては、丁寧な作業や配達先に間違った教材を送つてはいけないのでしっかりと確認しへいきのないように心がけています。

ひとりで作業をするわけではないので、報告や相談を行い、協力しながら作業をする必要もあります。

### 採用に至るまでの経緯

#### 2. 職場体験が出来る。

以前に同業種の職場での経験もあり、イメージをしやすかつた点も一つ

ですが、面接を受ける前に、あすなろの担当スタッフさんと職場見学へ行い、職場の雰囲気を見た際、この職場でなく自分自身の力を發揮しながら、自分らしく働けるのではと思い応募に至りました。面接の際には、事前にあすなろの担当スタッフさんと相談し、自分の得意な点、障害の点も含め苦手な点を包み隠さず伝えました。伝えるこ

とで安心して働くと思つたからであります。

#### 3. 就職に関する事だけでなく様々なことを学ぶことが出来る。

上司や現場のスタッフさんは私のことを理解しようとしてくださり、暖かく迎えてくれていることは、とてもありがたく伸び伸びと自分らしく働けていると思います。

そんな私が、あすなろで体験して仕事に役立つたことがろつ程在りますので書かせて頂きたいと思います。

#### 1. 出勤した時に近い場面練習が出来る。

あすなろでは出勤してタイムカードを押し、朝の挨拶をした後掃除をしてプログラムを受けるという流れがあり、働いたことがない人も働いていると実際の会社での出勤から仕事開始の流れに近い体験が出来とてもいい練習になります。

#### 【担当支援者から】

堀川さんは、気になる求人の整理

や面談、職場見学などを行いながら就労に向けて得意、不得意の整理を中心に行つてきました。利用期間は約四ヶ月という短い時間でしたが毎日プログラムに参加している様子や、活動の

が決まったから「ゴール」ではありません。「これからがスタートです。慣れないことや、時には壁にぶつかることもあります。でも、あなたがこれまで読んできた「こと」以外にもあります。それは様々な体験が出来ます。皆さんもあすなろでの体験を生かして良い就職を目指してください。

が出来ました。支援者としても根拠をもつて伝える「ことが出来たのは、日々、あすなろの来所や活動を一生懸命に取り組む姿勢があつたからだと思います。

今後の就労のサポートでは、定期的な職場訪問や面談を通じて、不安の解消や業務、職場に慣れていく支援を行っていく予定です。

仕事が始まり間もないですが、仕事

が決まったから「ゴール」ではありません。「これからがスタートです。慣れないことや、時には壁にぶつかることもあります。でも、あなたがこれまで読んできた「こと」以外にもあります。それは様々な体験が出来ます。皆さんもあすなろでの体験を生かして良い就職を目指してください。



お問い合わせは

「ハローワークセンターあすなろ」

（086）201-1432

の練習も行うことができますので、どんな職業についても必要になるであろうスキルが身に付きます。

実際、株式会社イーオン様の面接に受けた際は、「これまでに整理した特性を面接場面で明確にお伝えすること

## 「就労継続支援B型」「就労移行支援事業」

### 焼き菓子と雑貨MOMO/MOMO



「MOMO」では、一人ひとりの得意なこと、その人の持つ良さ意なこと、その人の持つ良さが発揮できるとにより、自信を取り戻し、これから未来に向けて夢や希望を持ち一步を踏み出すことが出来るような場を目指して活動をしています。

平成二十七年に「焼き菓子と雑貨MOMO」(岡山市北区中山下)、平成三十年一月、新たな場所にMOMO(岡山市北区表町三丁目)を開設しています。

「焼き菓子と雑貨MOMO」では、焼き菓子の製造、ラッピング、販売を行っています。まず、お菓子作りを開始する前には、調理用制服に着替え、必要な道具の準備をします。



### 「MOMO」(表町3丁目)

は同じ法人内で作成されています。

今年一月に新たに開設された「MOMO」。

ここでは、雑貨商品の組み立て作業を行っています。主に

百円均一商品を扱っています。商品の組み立て、梱包を行っているため、取り扱いには気を配りながら仕事をすすめています。



### 大切にしているこ

私たちは「仕事を通じて働きがいや喜びを感じることができ、一生懸命働いた対価として工賃を得て、自信を取り戻せるような機会の提供を目指しています。

また、各々の多様性が尊重され、様々な経験や人とのつながりを経て成長を実感し、目標としているゴールに近づけるようなサポートを続けていくことを大切にしています。

お問い合わせは  
「MOMO (表町3丁目)」  
☎ (086) 230-5720

『歌のコンサートを見ました。

凄く、良かったです…♪』

坂本友加より

## 投稿・募集 コーナー



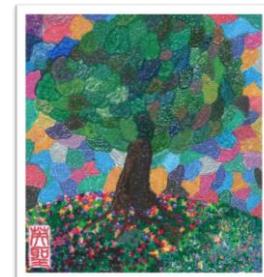
「統失デビュー11周年」vol.14 ふじ一歩

不謹慎ですが



ちょっとした笑い話になる

## とまと 作



↑『ENDLESS HISTORY  
～神秘の眞緑～』 英聖 作



↑misuzu 作

ぱるつこ広場

# ぱるつこ広場



## 古楽日和 ニがくびより

藤井 健喜

企業が何か不祥事を起こすと激しいバッシングが起ころ。また誰かがネット上でちよつと不謹慎な発言をしただけでたちまち炎上する。女優が不倫騒動を起こすと、それはけしからんと文句をいう。どれもあくまで個別的なこと、個人的なことなのに、それをあたかも公共の問題のように語つて文句をいうのだ。こうしたように、最近は、他人のことを非難せずにいられない人が増えているような気がする。このことについて少し勘ぐった見方をすれば、この手の人たちは、他人から自分が非難されることを極度に恐れているのだと思う。もし実際に自分が非難されたらショックで立ち直れない人なのだろう。そのくらいの人はたちはメンタルが弱いのだと思う。そのメンタルの弱さの裏返しとして、非難しているのだと思う。おそらくこの人たちは弱い人間なのだろう。

この手の人たちは、自分が弱いということを素直に認めればいいのだと感じる。しかしそれができないから、一層他人に厳しくあたるのである。その人の弱さが、よりその人を攻撃的にしているのだと思う。要するに弱いという言葉を否定的にとらえることしかできないのだろう。そしてたぶん、その考え方を変えてみるとということすらできないのだろう。その人のメンタルの弱さは、その人の考え方の貧困さが原因なのではないかと思う。

めがねっこ展  
開催しました！



この展を開催しました。今回は、ぱるのメンバー以外にも数名の方の作品展出展もありました。「二〇一八花咲くころと出会いと別れ」というテーマで集まつた作品の数々。写真や絵画・詩集に織物・さまざまな媒体を通じてその方の感性がひらかれていて、そんな素敵なお間でした。お立ち寄りくださりにしてくださいました方々からの芳名帳へのメッセージもメンバーにとってうれしいものでした。各々の中から湧き出てくる想いや感情、その形や表現には際限はないのだと思ふ。皆さんのお力で、この展示会は大成功となりました。

ばるのサークル活動である、「めがねっこサークル（月一回のペースで実施している自分の好きな方法で表現活動を楽しむ会）」の参加メンバーを中心に、第二回めがねっこ展を開催しました。今回は、ぱるのメンバー以外にも数名の方の

癒し場は、参加者一人一人から「話したい事」を教えて頂き、それを他の参加者一人一人にコメントして頂く座談会グループトーク)です。パスや保留、途中参加や途中退出が可能、一番大切なのは自分を尊重すること。

していい事は他人を批判しない事  
を勧めない事です。  
話の内容をまとめたり、話の内容から答えを出すの  
ではなく、それぞれがそれぞれの発言から自分の感  
じる「イイト」「ドリ」をする場です。  
そんな中で、参加者同士の共感が有つたり、それぞ  
れの個性の尊重が有ればと思つて毎月開催していま  
す。

毎月の内容です。

四月（参加者七人）

- ・ あなたの福祉会ってどんなところ?  
・ 他人と上手く付き合う為に、距離の取り方や、ある程度の線引きは必要か?
  - ・ 自分の良い部分を人から言つてもらつても、なかなか、それを自分自身で認めて受け入れられないで困惑する
  - ・ 自己肯定出来ない人の良いところ

三月（参加者六人）

- ・元気が続く方法は?.
  - ・最近、ハマっているオススメって何ですか?.
  - ・障害者手帳について、どういう認識を持つていますか?.

つてうれしいものでした。各々の中から湧き出てくる想いや感情、その形や表現には際限はないのだ  
と皆さんの作品それぞれから感じました。

やはり多いのは悪い状況の乗り切り方ですが、元気やマイブーム、あすなろ福祉会の話も有りました。

ましたが、たくさんの方の参加で楽しい会となりました。

今年は桜の開花が早く、桜の花びらが散る中でのお花見となりました。風が強く风筝が飛びやうになる、というアカシックな一日となりました。

ましたが、たくさんの方の参加で楽しい会になりました。

の切り出しのお手伝いに参加してくれました。ゲームは今年新企画のゲームでワードポーカーをしました。五人が一つのチームになり、お題から連想されるものを書くのですが、二つンプのポーカーのように揃ってこぬほど高得点になる、というゲームです。その場で作ったハ組のチームが競い合ひとても盛り上がりました。

平成30年4月5日、恒例のお花見が今年も旭川河川敷で行われました。今年はあすなろ福祉会全体での企画といつじともあって、四六会と、たくさんの方の参加で賑やかな会になりました。

実行委員メンバーは約一か月前から準備を始め、場所や、食事の内容、皆で楽しめるゲーム等の企画をしました。今回は前回同様バーベキューでしたがお肉が焼きあがる中でも食事ができるように、枝豆やサツダなどのオードブルも用意しようと意見が出ました。当日はたくさんの方々が朝早くから来所し、オーブン、おにぎり、スープづくし、野菜のお肉

# あすなろ花見 in 旭川河川敷





## クローバー主催ピアソーター養成講座開催！



今年度もまた夏には岡山市主催のピアソーター養成講座があるので、ぜひご参加ください。詳細はまたホームページなどでアップさせていただきます。



進行役はクローバーのメンバーが中心となり、最後までやり遂げたことで、達成感、自信、体力がついたように思っています。

今までには年に一度、夏に行われている岡山市主催の養成講座のみで、三日間かけて集中講座をしていましたが、今回は一月から三月までの三ヶ月間を行い、計一八回にわたる講座を行いました。『ピアソーターとは』『リカバリートレーニング』『APP』など自分自身を知る内容から実際の技術面を学ぶ時間となり、ひとつずつの内容を深める事が出来ました。

第一回クローバー主催ピアソーター養成講座を行いました。ピアソーターの仲間を増やしたいという思いがあり、開催したところ、三名の方が受講してくれました。

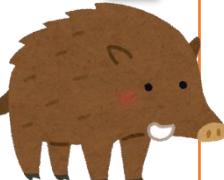
さてつづでは、プログラムで畠作業をしています。これまで、ジャガイモ、玉ねぎ、落花生等様々な作物を皆で協力しながら作ってきました。

しかし、畠が山のふもとにあり、猪に食い荒らされたことは一度や二度ではありません。そこで、これまでの畠を取つ払い、新しい畠を作ろうということです！

老朽化した畠は壊すのに一苦労です。土が粘土状で固く、スコップで掘るのもやっとな作業です。普段畠作業には参加しないメンバーも手に農具を持ち、固い



ありがとうございました！これで、どんな作物を植えても猪なんかへっちゃら（？）。来たら、猪共！！



## JSCA de 薄記3級

今年度4月より、ジョブサポートセンターあすなろでは座学での取り組みとして、簿記3級資格試験に向けて座学を開講しました。

きっかけは、メンバーの声から始まり「就労に向けて、何も資格を持っていない。何か資格を取りたいが何から始めればいいか分からない。」「資格が取れれば何か自信になるかもしれない。」全体に告知をしたところ、反響がありプログラムとして短期集中で開講しました。スタッフも簿記資格を持っていなかったので、一緒に勉強をし始めました。

試験日は6月10日に差し迫っています。いよいよ、試験間近試験を受けるメンバーは追い込みにかかりています。

結果はどうであれ、一つの目標に向け努力する姿勢は今後の就活や就労場面でも活きてくるのではとスタッフも一緒に勉強しながら感じました。

さあ！がんばろう！



※JSCAでは、就労に向けての資格取得や、スキル向上のご相談にも乗っています。みなさんの夢が実現できるよう応援しています！

5月24日（木）には、合格祈願のため、龍之口ハ幡宮へ願掛けハイキングをします！ 絵馬に願いを込め、滑らず、転ばず、安全登山でいってきます！

# 今月のきらり



みんな当事者になる可能性がある。

みんな一緒に肩を並べて歩いて歩いていきたい

ひびき　えいじ  
響　栄司　さん



ピアセンタークローバーでピアサポートとして活躍中の栄さん。活動を始めて笑顔が増えたと話す。

今年古希になる彼だが、巣立ちの会（当事者の会）の会長を長年され、ボランティアサークルにも参加。どこからそのパワーが湧いてくるのか、今までのこと、これから夢を語ってもらった。

## ◆ 転勤族だった幼い頃

生まれは大分県。男ばかりの3人兄弟の長男坊として生まれました。福岡や山口など洋服や軍服の仕立てを仕事としていた父親の仕事柄、いろんな地方で過ごしてきました。

小学生のとき、両親が離婚し母親が再婚。思春期で多感、義父との関係がぎこちなかつたこともあり、中学生で一人、祖父の居る大分に戻りました。

中学卒業後は大阪の牛乳工場の採用試験を受けるも不採用となり、幼い頃から身近にあつた服飾系の会社に就職。洋服店に入社、裁断機やミシンなどを使い既製服を作ることを仕事としていました。

## ◆ 上京と環境の変化

義父に誘われ、一六歳で上京。夜間洋裁学校に通い、日中は義父の洋服店の手伝いや知人のところで修業をする日々でした。仕事が終わつたあと、夜遅くまで弟の服を仕立てるなど練習をしていた時期もあります。

そんな中、家族関係が複雑でストレスがたまり、自分の中では妄想があるとは気づかず過ごし、結果的に家族に連れられて病院を受診しました。当時は統合失調症とは言われず、心因反応と診断を受け保護室に入れられました。「何で自分が入らないといけないのか」との思いが湧く時期もありながら、開放病棟に変わり一年間入院していました。その後、乾物屋で働くも調子が悪くなる」ともあり、不安定な時期を経験しました。

## ◆ 岡山に転居

二二歳のとき、母親に「旅行に行こう」と言われ親戚が住む岡山に引っ越し、精神科病院に入院しました。自分では変化に気づかなかつたのですが、「この時も誰かに監視されているような感じの妄想が出ていました。薬を飲むと体がしんどく感じ、飲むことに抵抗がありましたので、薬をやめた時期もありました。やめてしまはらくは体が軽くなり、行動範囲が広がる感じがしましたが、調子が悪くなる為、何度も入退院を繰り返しました。

## ◆ 浦安荘との出会い

二〇代後半、主治医からきちんと働いて生活リズムを整える方が良いとアドバイスをされ、浦安荘（障



害や病気を持つ人がサポートを受けながら共同生活を送る施設）に入所し、軽作業や外勤作業に行きました。浦安荘を退所後、アパートにて一人暮らしをしながら学校給食パンの製造、印刷会社等に勤めましたが、交通事故を起こしてしまい、仕事をやめることになりました。再度浦安荘に戻つて作業を行うことになりました。

## ◆ たくさんの居場所

四〇代は浦安荘の喫茶店（グリュック）で一〇年働いていました。職員と一緒に話しながら活動できたり、みんなと一緒に楽しく何かをやれる」とことで、仕事が続いたのだと思います。その後、コンドル（就労継続支援B型事業所）に通所し、アイロンがけ作業や箸入れ、パンの袋詰め作業を行つていました。同時期にボラン

ティアサークル『よっしゃ』にも参加するようになりました。わたしにとってはみんなで食事をしたり楽しめる「いやしば」の一つです。

### ◆大きな変化

ピアセンタークローバーとの出会い

四年前に岡山市精神障害者団体連絡会(以下岡精連)に参加していた時に岡山市の職員の方からピアサポートのことを教えてもらつた。岡山市主催のピアサポート養成講座があることを知り受講を決めました。その後ピアサポートとして活動スタート。電話相談やぱるおかやま(地域活動支援センター)の居場所の当番、外部活動として病院の交流会に参加したり、中学校へ行き体験発表をしています。

現在はグループホームに入り、クローバーとハンドルを同時に利用しながら過ごしております、病気のことを考える余裕がないほど忙しく過ごしています。クローバーにきて自身の中でも変化が起きました。

規則正しい生活が出来るようになった。

優しさが出るようになった

笑うことが多くなった

対人関係が良くなつた

初対面でも誰とでも話せるようになった

明るくなつた

など、「毎日が楽しい」と感じられることが増えました。

◆これから希望  
芸術への関心や興味があり、美術展に行つて絵を観たりクラシックの生演奏を聴く」と、正月には必ず院展に行く」とが元気の源です。

今後の夢は、独立してピアサポート活動をしたい、そして、好きな洋服を縫いながらそんな活動が出来たらいいなあと思っています。今まで作つてきた作品をまとめ、みんなから元気をもらつたと言つてももらえるような本を出版する」とも夢の一つです。

自分の元気を保つために大切にしていく」とがいくつかあるので紹介します。

・自分の趣味を楽しむ」と

・先輩や年上の人と相談する

・悪い」とは右から左に抜いて、新しい」とを考える

『当事者でも希望をもつて明るく笑い、人生を歩む」とが出来る。ピアサポートは「これからもつと必要とされる存在になる」とわたし自身のこれまでの経験から強く感じています。



### バスの中と外の光景

響 栄司 作

天満屋で30秒ごときしめき合ってバスが出入りする光景です。

どこで乗ったのか知らないけど、小学1年生が降りる時、運転手に大きな声で「ありがとうございました」と言って降りる。バスの中では大人はスマホをいじったりしているのが多い。



外をみると、流行の服を着た人が5~6人いる。

そのイロは茶、ブルー、グリーンの服を着ている光景が見られる外。

赤は情熱、白は清潔、緑は幸せ、紫は夜、茶は仕事、黄は幸せだと思います。



みんな元気になってくださいね。

精神障がい者

岡山市主催

お待たせしました！受講者 大募集！！



# ピアサポーター養成講座開講します♪

ピア（peer）という言葉は、「仲間」「対等」の意味で、共通の経験と関心に基づいた仲間同士の相互支援活動をする人をピアサポーターと呼びます。同じ経験を持つ人が傾聴と情報提供を行うことによって、相手が問題を自分で解決していくように手助けをするというピアサポーターによる支援は、従来の専門職による支援とは異なる効果があると言われています。

興味がある方、一緒に勉強したい方のご参加を心からお待ちしております★

(L) 日 時：8月22日(水)・29日(水)・9月12日(水)・19日(水)  
10:00～15:30（休憩含む）※計3～4日程度の日程で予定しています。

場 所：きらめきプラザ ☎700-0807 岡山市北区南方2丁目13-1

- 受講希望者には、場所の案内図をお渡しします。



★ 受講費用：無料

講 師：ピアセンタークローバーのピアサポーター・あすなろ福祉会スタッフ

内 容：ピアサポーターとは？・WRAP(元気回復行動プラン)・アクティブリスニング  
5つのアドバイス など参加者で楽しく学んでいきます♪

対 象：下記の①～④すべてに該当する方



- ① 精神障がい者でピアサポーターに興味のある方・なりたい方（必要に応じてその支援者）
- ② 岡山市内にお住まいの方、または勤務・通所先等がある方
- ③ 全講座（3～4回）に参加できる方
- ④ 講座終了後、岡山市内でピアサポーターとして活動が可能な方

定 員：20名

- 申し込み締め切り：平成30年 8月10日（金）（※応募多数の場合は選考となります）
- 申し込み方法：参加申込用紙に必要事項をご記入の上FAX又は郵送で、下記の  
申し込み先にご提出下さい。

問い合わせ・申し込み先

〒700-0822

岡山市北区表町3-7-27

社会福祉法人 あすなろ福祉会 担当 丸橋・木曾

TEL 086-201-1720 FAX 086-201-1713

ピアサポートと一緒に学びたい方 集まれ～♪

