

地域精神保健福祉コミュニティー誌

ぱる通信

Oct. 2013

No. 192

10

特集:『教えて！あなたの働く生活』
~うれしかった事、苦労、仕事をする上で大切な事~





特集：『教えて！あなたの働く生活』 ～うれしかった事、苦労、仕事をする上で大切な事～



「多機能型事業所あすなろ」では、平成十七年度以降、毎年平均十五人の方が就労され、自分の希望する人生に向けてスタートされています。今月の特集では、「教えてーあなたの働く生活」と題し、うれしかった事、苦労等、日頃感じている仕事をする上で大切な事をお聞きしています。現在、就労されている方にアンケートを郵送し、返送を頂いた中から紹介させていただきます。

今の自分よりも
もっと進化したい！
渡邊 将五



一般企業に就職するのは初めての経験で、すべてが初めての事だらけでした。

「初めての給料」。
「初めての革靴」。

「初めての契約書」。
今では大分慣れてきましたが、会社で会つ人への挨拶にも戸惑いました。

朝から帰るまで、会つ人全員に「お疲れさまですー」と声を掛ける。今ではそれに慣れ過ぎて、店に入った時にも言います。どうしてでも「腑に落ちない」のです。

仕事柄、お客様や社員の方によく接するので、マナーや対応の仕方は、先輩のやり方を見て覚えました。

皆さん本当にスマートに対応されるので、それを見て「自分にもできるかな？」「こうすればやっぱもつとい」と、自分なりに色々と考えてはいますが、なかなか上手にはいかないのが本音です。

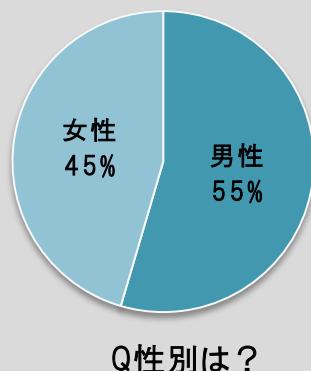
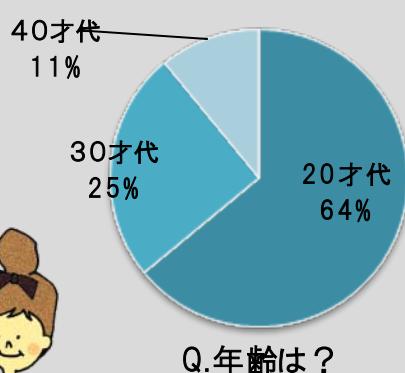
初めての給料が振り込まれた時、嬉しい気持ちと同時に、「自分は」れだけのお金をもらひくらひの仕事をしただろうか？？」と思いました。

さすがに入社してすぐには仕事をできないのですが、それが八ヵ月目だと話は違います。自分も会社の一員として仕事をしていますが、どう考えてもその内容で給料が発生して、尚且つ会社に利益は入るとは思えないのです。

「もらえる物はもらつとけ」と言つ人もいます。ですが、どうしても「腑に落ちない」のです。

人は進化してきました。自分も「今

今回、アンケートにご協力頂いた二十二名の「仕事の状況」についての集計結果です。二十二名の内、二十一名の方が障がいや病気について開示をして働かれています。



二十代、三十代の方が多いですが、五十代以上の方でも就労の実績はあります。大切なのは、「働きたい！」という気持ちの強さです。

色々挑戦しています。やはり、ハンギリー精神を持った方が、自分にも、そして

周りにもいい影響ができますね!今まで停滞していた分、上に向かつて突き進むのが楽しいです。でも頑張りすぎると疲れるので、ソーツ「」に休みながら。

大切なのは、

「挨拶」

「一生懸命がんばる」と



間部 慎治

以前は仕事をしていましたが、ギャンブルにはまってしまい、仕事、人間関係のストレスでパチンコにのめりこんでいました。今は辞めています。病院の先生に強くギャンブルを辞めるように言われました。その時、先生は怖かったです。ティケア、あすなろに通うようになつて、働きたいなと思った時にスタッフから就職先の支援を行つてもらひました。

僕の仕事は、朝七時半から十一時半までの五時間働かせてもらっています。主にトイレ掃除、会議室の掃除機掛け、「」回収を行っています。

会社の方が体調などを気にかけてくれ、とても感謝しています。優しい配慮や丁寧な声掛けのおかげで、勤務時間

が2時間から3時間に延長する」とになりました。

仕事は毎日、休まず通つ」ことが大切だと思います。僕は体調に波があつて、まだ休んでしまうことがあります。

トイレ掃除をしていて、「ありがと」「」といふ挨拶が返ってきた時は、とても嬉しいです。お客様に気持ち良く使ってもらえるようにきれいにしようと思ひます。

仕事をする上で大切な」と、まず一番

に挨拶が大切で、与えられた仕事を一生懸命に頑張る事、素直さだと思つています。貯金が出来るようになった事は良かったです。



自分で出来る事とできない事
の見極めが大事!

ひまわり

みんな、しゃべりけどがんばるつー。
無理しない程度に

Y・K

障がい者雇用で働いています。
仕事をする上で大切だと感じている事です。

①「体力」

身体が資本なので、体調管理に気を付けています。作業所での活動や施設での実習で生活リズムを整えられるよ

になつたのが大きいです。生活リズムの他にも、人間関係、お金を頂いて働くという責任等、施設内で学んだ経験は本当に大きく、有り難く感じています。

できるだけその日のうちに解決し、引きずらない、ストレスを一人で抱え込まないよう心掛けています。職場の人でも支援者の方でも良いので、相談するようになります。

②相談

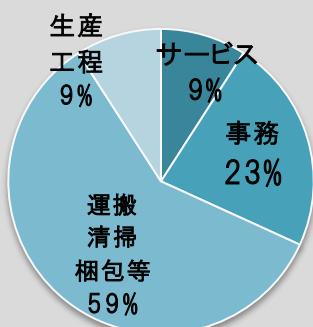
仕事を任された時、一呼吸置いて、自分に理解できているか考えるようにしています。出来ないなら出来ないで上司に伝え、無理をしないようにしています。会社に迷惑を掛けないためにも、自分に出来る事と、出来ない事を見極める事が大切だと思ひます。

パソコンスキルを活かした事務の仕事や、体力面を武器に運搬業務手先の器用さを活かし生産現場での仕事など、様々な職種で皆さん活躍されています。

仕事を選ぶ「」は、「出来る仕事」ではなく、「やりたい仕事」です。その方が仕事が長く続く傾向にあるようです。



Q.勤務期間



Q.職種について

ムをピッキング、出荷する仕事をしています。

朝一番は、返品を棚に返すのが仕事で、その次がピッキング、検針作業をしています。午後からはピッキング、出荷となっています。

大変な点は、記憶力がいることです。棚にどの服が入っているか覚えておきましょう。病気で中々覚えられませんが、カンニングペーパーを作つてチラチラ見ながらやつてごます。

会社での対人関係は、皆、家族のよつに温かい」とです。愛もあり、ユーモア有りです。この会社を紹介して頂き、本当に感謝しています。

みんな、しゃべるときは頑張つづく無理しない程度に。



私が働いてる職場では、障害者枠での仕事ですが、(障がいを持つててある事を告げても)給与は健常者と変わりません。

疲れて帰つて来た時に飲むソースが、少しおいしく感じます。



障がいへの理解と
健常者と同じ給与
ガチャポン



仕事を長く続けるMinnie Muse



今の仕事を選んだ理由は、「人の役に立ちたい」と思つたからです。

仕事内容は、高齢者施設のナースト内での洗い物や洗濯物たたみ、事務補助です。

利用者の方々とお話をする時、笑顔で元気よく接しています。「いつも、ありがとうね」「頑張つてね」って言われたら、とても嬉しいです。

仕事をする上で大切な事は、「指示通り動く事」。「ちゃんと辛くても諦めない事」。何より、「こんな小さな小さややかなこと」も喜びを見つけて、自分が生きていくことを楽しみ、感謝する事だと思います。

働くまでの苦労は、同じ障がい者枠で働いている人の理解です。自分の事だけでも大変なのに、他の人の障がいまで理解し対応する」ことは難しいと思います。

病気の症状から、
離れることができる



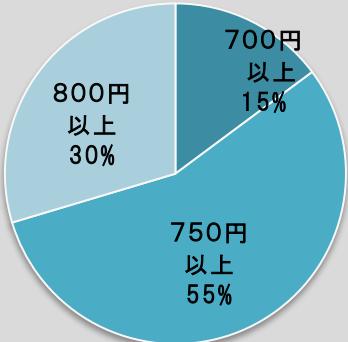
レトロ

他の職場に比べると理解が良じて感じじます。

仕事に慣れて来るほど、障がいの事を意識しないで仕事が出来るようになります。でも、障がいを持つてている事を皆が忘れてしまひ、少し無理が来る事もあります。

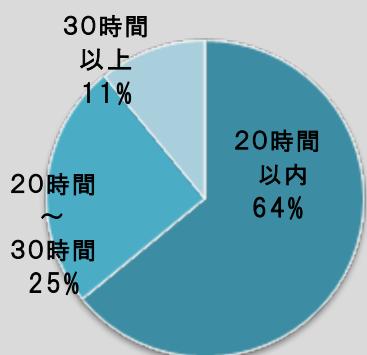
働くまでの苦労は、同じ障がい者枠で働いている人の理解です。自分の事だけでも大変なのに、他の人の障がいまで理解し対応する」ことは難しいと思います。

一週間当たりの労働時間が二十時間以内の方が多くを占めています。
最初は長い労働時間でも体調に合わせ時間を短くしてもかまわない方もいます。



Q.時給について

岡山県での現在の最低賃金は、691円ですが、10月30日から103円に改定されます。



Q1 週間当たりの労働時間

特集：『教えて！あなたの働く生活』～うれしかった事、苦労、仕事をする上で大切な事～



つ確実になす」ことです。

仕事を続けて七年になります。仕事を続けられた一番の要因は、つまずいた時に、スタッフの方が会社に入つて、色々と相談に乗つてくれたおかげだと思ってます。感謝しています。

勤続年数 七年！

一つずつ確実になす大切さ！

Y・T



私の仕事を続けられる理由
匿名希望



何か月か前、ホテルの支配人から「」このホテルのロビーは、全国の同じホテルの中で一番きれいかも知れない」と社長が言っていた」と、褒められた。

私が働くうと思った理由は、スタッフの方に勧められ、自分にも合っている仕事だと思ったからです。それに一定の収入をもらいたいというのも理由です。

職場の環境は、上司の方が時々声を掛けて気遣ってくれます。気分が悪かった時に、総務課の女性が自室まで送つてくれました。

仕事をして良かったことは、給与をもらえて、年二回のボーナスがもらえる」ことです。健康診断を受ける事も出来ます。クリスマスプレゼントをもらえた時は嬉しかったです。何より、仕事を続けることで、家族に褒められました。仕事をする上で大切な」とは、一つず

る」と言われたのも続けている理由になります。

この前飛び込み作業で、客室の掃除を任された。きつかった。「こんなきつい仕事を、メイクの人は頑張っているのかと思うと、自分も頑張らなきやと思えた。

仕事はなるべく長く続けたい。年金の減額、生活保護の問題、高齢者介護消費税の値上がり等、お金を取り巻く問題は一杯あるが、せめて奥さんにだけは、辛い思いをさせたくない。それが僕が仕事を続けられる一番の理由だ。

辛い仕事場の中で、その言葉が今も励みになつてゐる。

私の職場の良いところ
こたびよん



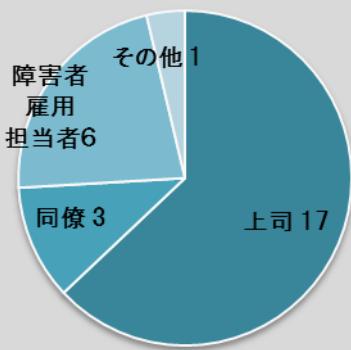
クルー同志が助け合う良い職場。マネージャーのテキパキした指示。店長の柔軟な姿勢が良いです。

仕事の一日のノルマは、自然と発生してきて、「きつくなー」という時もあるが、奥さんとの生活の為こと頑張つてい

る。

辛い仕事の内容を言えばきりがない。

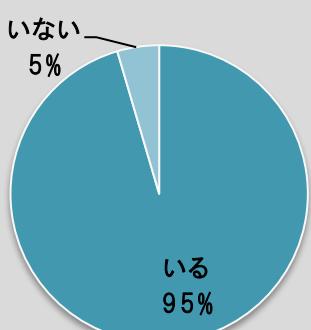
暑い、寒い、痛い、冷たい、臭い、汚い、危ない、忙しい、しんどい、怖い…。手足を痛め、腰を痛め、頭を痛め…、「これだけ言つと、自分でも「よくやるわー」と思つてしまつ。でも支配人から、「誰にでも出来る仕事ではない。良く頑張つてい



Q.職場の相談相手は？
(複数回答)



誰でも新しい職場では不安が付き物です。気軽に相談できる相手がいるというのは心強い存在ですね。



Q.職場に相談できる人は？

同じ職場で障がいについて理解し、仕事の指導や相談の役割を担う方の有無についてです。



<今月の電話相談日>

相談電話 086-270-3325

	月	火	水	木	金	土
AM		1	X	X	O	X
PM		O	X	O	X	X
	7	8	9	10	11	12
AM	O	X	X	X	O	X
PM	O	X	X	O	X	O
	14	15	16	17	18	19
AM	X	O	X	X	O	X
PM	X	O	O	O	X	X
	21	22	23	24	25	26
AM	O	O	X	X	O	X
PM	X	O	X	O	X	O
	28	29	30	31		
AM	O	O	X	X		
PM	X	O	X	O		

日本の文化『折り紙』をみんなで楽しみたい！とのメンバーからの声が実現。第一回目が9月10日(火)午後に開かれました。今回はバラの花を折ってみました。葉っぱまで付いた素敵なバラができあがりました。折り紙って奥が深いですね。

折り紙サークル



準備中のメンバーは、「ピアの精神が分かりやすくて伝わるといいな。」「いろんな参加者の方とのふれあいが楽しみです。」「自分ももう一度勉強できる良い機会になります。」など、期待と張り緊張感で一杯のようでした♪

日程は、平成二十五年十月四日

(金)から十一月八日(金)の毎週金曜日、十四時から十六時、全六回

です。

場所はわざわざお迎えです♪

岡山市主催の『ピアサポーター養成講座』が始まります！



岡山市主催の『ピアサポーター養成講座』に講師としてクローバーのメンバーが参加させています。

やすぐ伝わるといいな。」「いろんな参加者の方とのふれあいが楽しめます。」「自分ももう一度勉強できる良い機会になります。」など、期待



ぱるっこ広場

河本 理江



空の下で



昔、空ばかり見ていた

このまに空を見なくなつたんだろう

みんなに青空が好きだったのに

気がつけば

ずいぶん長い間 空を見上げたことがない

自分のはそういう人間になつたのだろう

それでも これからは

空を見上げよう

雨の日もくもりの日も

晴れている時も

だって自分はやっぱり空の下で

生きているのだから



『オーロラの彼方へ』という映画を観た。二千年のアメリカ映画で、監督はグレゴリ・ホブリット。主演はテニス・クエイド。はじめにいつてしまつて、これは大傑作である。筆者がこれまで観た映画の中で、一番面白いと思った作品だ。ちなみに筆者の良かつた映画のベストは、

「『オーロラの彼方へ』
『ライフ・イズ・ビューティフル』
(1997 イタリア)

III 『やせこじ 験じ物』

(2008 アメリカ)

である。この三作品は、どれも「家族」について考えさせられる映画であり、どれを観ても損はないと筆者は確信している。中でも『オーロラの彼方へ』が一押しなのだ。

ニユーヨークにオーロラが出現したある

日のこと、刑事である男が三十年前に死んだ父親の使っていた無線機を見つける。それをいじついているうちに、無線機から応答を求める男の声が聞こえてきた。声は三十年前の野球のワールドシリーズのことを話していた。その声の男とは、じつは死んだ父親だったのだ。刑事である男は、会話をしていくうち、この翌日が父親の死んだ日だとわかった。そこでこの男の取った行動は、いかなるものだったのか？

こんな調子で物語は進んでいく。このストーリーに少しでも興味を覚えた方は、是非レンタルショップで借りて観てほしい。

藤井 健喜

古樂日和 こがくびより



Topics



アスナローズVS ガンバローズの様子

打戦相手は、「万成トピックス」。今回から参加しているメンバーももう「試合では打てなかつたけれどもまた練習して上手くなりたい」と悔しいけれども充実した姿が印象的でした。他のメンバーも「の試合がテレビ戦じることもあり、緊張しました。他のメンバーも」の試合がテレビ戦じることが出来ました。試合結果は十一対八で見事勝利。ブロック一位決定戦では、「ガンバローズ」に惜しくも負けてしまつましたが、試合後の表情は、充実感に溢れています。(杉原)

アドボケーターとは、権利擁護者。代弁者という意味です。平成十六年から日本も精神病院の入院患者を退院させて地域に戻そうという流れになつていてます。ですが、現在、入院期間は短くなつたもので新たに精神科に入院する人は逆に増えています。強制的に入院させられる「医療保護入院」の割合も増えています。

「自分の気持ちを聞いてもらひえなかつた、伝わらなかつた。」といつ頃も多く、「入院者の気持ちを代弁し、病院などに伝える役割をする代弁者（アドボケーター）を選ぶことでのきの仕組みをつくる」ため、この事業は実施されています。

平成二十五年度『もも太郎杯ソフトボール』ブロック予選が九月二十日に行われ、あすなべ福祉会のソフトボールチーム『アスナローズ』の今季初戦がありました。

対戦相手は、「万成トピックス」。

トピックスでは打てなかつたけれどもまた練習して上手くなりたい」と悔しいけれども充実した姿が印象的でした。他のメンバーも「の試合がテレビ戦じることもあり、緊張しました。他のメンバーも」の試合がテレビ戦じることが出来ました。試合結果は十一対八で見事勝利。ブロック一位決定戦では、「ガンバローズ」に惜しくも負けてしまつましたが、試合後の表情は、充実感に溢れています。(杉原)

今年も健在！抜群のチームワークアスナローズ今季初戦を白星で飾る

アドボケーター派遣事業に参加しています☆

平成二十五年九月より始まった「精神障がい者アドボケーター派遣事業」に、「ぱる・おかやまの」「アサポーター有志も、「ぱる・おかやま（クローバー）」グループとして参加しています。

アドボケーターとは、権利擁護者。代弁者という意味です。

アドボケーターとは、権利擁護者。

そのうち四人が岡山県精神科医療センターの入院患者一人名と面会してもまだ。事業としては今年で終わりますが、今までのピアサポートerとの経験を活かして「（いい）に寄り添う」より懇親つてこめたつてたのですが、その名のとおり、サポートerや皆のあたたかい雰囲気の中でお互いのWRAPを深めたりじてお互い間のクラスでした。アリガトウゴザイマシタ☆（木曾）



アドボケーター3人組 ☆

アドボケーターになりました！

→ 久留米

十月より、カフェレストラン『ぱるスペースMOMO』がカフェタイムを始めます。おいしい手作りケーキとドリンクのセットをご用意しています。午後のティータイムをMOMOでゆったり過ごしませんか♪

Facebook 始めました♪
日々わりランチのメニューなど、MOMOのおいしい情報を発信しています。



ケーキセット 500円

[ぱるスペースMOMO]

岡山市北区内山下1-15-7

TEL: 086-801-2771

★ランチタイム 11:30~14:00

★カフェタイム 14:30~16:00

★土・日・祝日はお休みです。

ね」との大切さ」や「場を囲む」の大切さ」を学べた気がします。WRAPの「安全と安心のための回意」をみんなで「優しい気持ちになりますが、今までのピアサポートerとの経験を活かして「（いい）に寄り添う」より懇親つてこめたつてたのですが、その名のとおり、サポートerや皆のあたたかい雰囲気の中でお互いのWRAPを深めたりじてお互い間のクラスでした。アリガトウゴザイマシタ☆（木曾）

WRAPの「安全と安心のための回意」をみんなで「優しい気持ちになりますが、今までのピアサポートerとの経験を活かして「（いい）に寄り添う」より懇親つてこめたつてたのですが、その名のとおり、サポートerや皆のあたたかい雰囲気の中でお互いのWRAPを深めたりじてお互い間のクラスでした。アリガトウゴザイマシタ☆（木曾）

INFORMATION

10月の予定

1	火	パソコン講座 10:00～ 陶芸 13:00～ クローバーミーティング 13:30～
2	水	クローバーしゃべり場 14:00～ (きらめきプラザ)
3	木	WRAP(元気回復行動プラン)10:00～
4	金	図書館サークル 10:00～ パソコン基礎講座 13:00～ ピアソポーター講座①14:00～ ソフトボール練習 15:00～
5	土	岡精連主催 WRAP 講座①10:00～
6	日	
7	月	健康講座(豊成ジム)13:00～
8	火	あすなろ家族の会ぶどう狩り 9:30～
9	水	SST 13:00～
10	木	
11	金	パソコン基礎講座 13:00～ ピアソポーター講座②14:00～ ソフトボール練習 15:00～
12	土	
13	日	秋登山 in 貝殻山 9:30～
14	月	体育の日
15	火	パソコン講座 10:00～ ぱるランチ 陶芸 13:00～ 女子会 14:00～
16	水	楽しいお菓子作り教室 13:00～ 折り紙サークル 15:00～
17	木	WRAP(元気回復行動プラン)10:00～
18	金	パソコン基礎講座 13:00～ ピアソポーター講座③14:00～ ソフトボール練習 15:00～
19	土	岡精連主催 WRAP 講座②10:00～ 鉄ちゃん集まれ 13:00～ あすなろ家族の会 家族交流会 13:30～
20	日	岡山市障害者体育祭
21	月	健康講座(豊成ジム)13:00～ ぱるっこたいむ 13:30～
22	火	パソコン講座 10:00～ 陶芸 13:00～ つどい 13:30～
23	水	SST 13:00～
24	木	
25	金	パソコン基礎講座 13:00～ ピアソポーター講座④14:00～ ソフトボール練習 15:00～
26	土	お抹茶教室 14:00～
27	日	日帰りこだまの旅
28	月	健康講座(豊成ジム)13:00～
29	火	パソコン講座 10:00～ ぱるランチ 陶芸 13:00～ クローバーミーティング 13:30～
30	水	手芸サークル 13:00～
31	木	WRAP(元気回復行動プラン)10:00～ 美術館サークル 15:00～

■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

毎週木曜日 手作りお弁当を配達してくれます MOMO弁当の日

ぱるスペース MOMO のお野菜たっぷりお弁当やお菓子が定期的に届きます。特製とりめしもありますよ (^ u ^)

注文方法 前日までに代金を添えてお申し込みください

代 金 350円

22日(火) 私の思い、考えを聞いて! つどい

テーマに沿って自分の意見を伝えよう!「言いつぱなし、聞きっぱなし」が原則です。

時 間 13:30～

場 所 ぱる・おかやま 交流室

15日(火) おしゃべり好きな女子集まれ~! 女子会♪

好きなお菓子を持ち寄って、普段はなかなか聞けないこと、話したいことなど、おしゃべりを楽しみませんか?

時 間 14:00～

場 所 ぱる・おかやま 交流室

13日(日) 秋登山 in 貝殻山 秋の山登り

秋といえば登山!今年も貝殻山に登ります^_^初心者でも登れる山なので気軽にご参加下さい★

時 間 9:30～15:30

場 所 ぱる・おかやま 集合

参加費 350円 (昼食込)

26日(土) お点前にチャレンジしませんか? お抹茶教室

おいしい生菓子とお抹茶を頂きながら、楽しく作法も勉強できます♪

時 間 14:00～

場 所 ぱる・おかやま 和室

参加費 100円

4日・11日・18日・25日(金) ソフトボール

9月27日の予選大会では2位でした(*^*)v
岡山ドームに向けて張り切ってまいりましょう。
アスナローズ選手大募集中!

時 間 15:00～

場 所 百間川河川敷

30日(水) 手作り大好き集合~! 手芸サークル♪

今月はビーズを作りたいと思います。素敵なモチーフ編みを習ってみませんか?

時 間 13:00～

場 所 ぱる・おかやま 交流室

参加費 実費