

ひょうご 職親会だより

2006.4

第18号

※職親会（兵庫県精神保健職親会）は、精神障害者の就労を支援する事業主の会です。

目次

《報告》平成17年度就労支援研修会

★in 但馬(第4回)

- ・精神障害者の就労支援について P 2
- ・働くこと～当事者の立場から～ P 4
- ・仕事をする上で必要なこと P 5
- ・職場に必要なちょっとしたコミュニケーション P 6

★in 西脇(第1回)

- 障害者と一緒に働いた11年を振り返って P 7
- 関係者の声いろいろ P 8

★情報コーナー…

- ・Q1 「精神障害者総合雇用支援」とは???
～地域障害者職業センターの取り組み～ P 9
- ・Q2 「ジョブコーチ」ってなに???
～ジョブコーチによる支援事業のごあんない～ P10

★お知らせコーナー(会員、賛助会員 募集中) P12

平成13年度より、地域の健康福祉事務所、ハローワーク等と協力して開催させていただいている就労支援研修会を豊岡地域（H17.10月）、西脇地域（H18.2月）で開催しました。当事者の思いや体験を聞かせていただいたり、お互いの顔の見える地域の関係者のネットワークづくり、地域の関係機関の取り組み状況の報告などを行っています。研修会の開催に快くご協力いただいた当事者、関係者の皆様、ありがとうございました。この場をお借りして心からお礼申し上げます。

今年度は雇用促進法の改正、障害者自立支援法の施行など、精神障害者の就労支援を取り巻く状況が大きく変わろうとしています。「精神障害者の雇用率算定」「障害者福祉施策との有機的な連携」や、障害者自立支援法における「就労移行支援」や、「就労継続支援」が具体的に動き出すのはまだまだこれからです。これらを実りあるものとするために、当職親会といたしましても、今後とも、全県域での講演会や地域での研修会の開催など、精神障害者も働きやすい「ひょうご」の地域づくりを微力ながら進めてまいります。

平成17年度 就労支援研修会 in 但馬 (第4回)

今年で4年目を迎えることとなりました。当事者の「働きたい」という希望が多いのに対して、障害者雇用はまだ多くないのが現状です。そのため、この研修会では、当事者・職親・関係者等が就労について学ぶとともに意見交換・情報交換を行い、新たな就労の場の開拓や、希望をもって就労支援ができるようにする事が目的です。また、今回は豊岡地域の就労支援に携わる関係者、当事者と神戸の関係者、当事者との交流という意味も込めて開催されました。そこで、就労支援について経験豊富な神戸にある社会就労センター（創）C.A.CのPSWの北岡さんと、当事者の清水さんより「働くこと」についてたいへん具体的で参考となるお話や、当事者も関係者も勇気付けられるようなすばらしい体験談を伺いましたので、是非、ご一読下さい。（一部のみ要約して報告します。）

『精神障害者の就労支援について』

社会就労センター（創）シー・エー・シー
北岡 祐子



働きたいという思い

「働く」ということは単に収入を得るためだけではなく、社会的役割を担っていること、やりがいなどの心理的な満足、健康維持などがあり、人間にとって大切な営みです。たとえ精神障害を持っていても、自分なりに働きたいという希望をもっている方は大変多いです。そんな思いに、支援関係者は真剣に応えていますか？その人に合った働き方がきっとあるはずです。

精神障害をもつということ

人は、生物的、心理的、社会的な存在だと言われています。精神障害もそれぞれの部分での障害があります。生物的には脳機能を調整する働きに不調がでていきますので「疲れやすい」「物事を覚えるのが遅い」などがあります。心理的には「自信がもてない」「過去の自分とのギャップにショックを受ける」、社会的な要因としては、経済的に苦しかったり、長い療養期間の影響で人付き合いが狭くなってしまったりします。また社会の偏見などもあるでしょう。これらは非常に辛い経験です。

精神障害と上手につき合いながら働くために

働くためには準備が必要です。それぞれの関係機関を上手に利用しながら準備をしていきましょう。働くことはストレスがあっても当然です。自分の障害の特徴や体調を知り、ストレスへの対処法や健康管理を身につけましょう（医療関係者と相談してみてください）。生活のリズムを身につけ、基本的な労働習慣や職場での人間関係の練習をしましょう（作業所や授産施設等で練習できます）。実際の職場で実習や訓練を体験し自分の職業適性を知りましょう（職親さんや、短期アルバイトが力試しとなり、いい練習になります）。

支援者の役割

働きたいと希望されている方が、どのような働き方ができるのかをよく知りましょう。例えば1日何時間、週何日働けるか？得意なこと、できることは何か？苦手なストレスは何か？等。そして働く練習ができる各種の就労支援制度を使いながら様々な可能性を探ります。できれば支援者もジョブコーチとなって、一緒に働く現場でフォローできることが望ましいです。そうすればご本人の不安も軽減されると思いますし、安心して就労体験を積むことが出来ます。とにかくやってみる、するといろいろなことがわかります。そしていい方法を考えることができます。

可能性を信じて

働くということは、その方のできる力、健康な力を伸ばすことです。できないことに注目するのではなく、まずできるところからやってみましょう。練習してできそうであれば、効果的な練習ができるように支援者は様々な工夫を行ってください。そして、あきらめずに可能性を追求していきたいものです。

いろいろな働き方

障害を職場に伝え理解してもらって働く方法（オープン）と、特に伝えなくて働く方法（クローズ）があります。それぞれのメリットデメリットがありますから、支援者はご本人さんと十分話し合いながら、その方に合った働き方を一緒に探してください。そして、働き始めてからが本当のスタートです。いろいろな悩みやストレスがでてきます。そんな時にこそ、支援者などのよき相談相手や、同じ障害をもちながら働く仲間と話したり励ましあう場があれば、がんばって働きつづけることができます。

働くこと～当事者の立場から～

清水 隆之

高校卒業後一般企業に就職、総合職に就いていましたが、毎月残業が100時間以上、同期は大学卒という環境の為か馴染めず、入社拒否となり退職しました。以後アルバイトなどをしていましたがどれも長続きせず、20代半ばより引きこもりがちになり、うつ状態で何もする気が起きず、自律神経失調、それに伴う不安、不安が高じて起こるパニック発作、強迫性障害等の症状が現われ、その後10年はそういった症状に苦しめられ、働けない状態が続きました。

当時、そういう状態だった私を受け入れてくれた親戚が1件だけあり、そこで祖母の介護の手伝いをさせてもらっていました。当時の私にとってありのままの自分を受け入れてくれる人がいたこと、介護の手伝いという役割を与えてもらったことがとても助けになり、またヘルパーになろうと思ったきっかけでもあります。

就労に至った過程は、働きたい事を主治医に相談し、まず今の自分の状態を知る為に障害者職業センターで職業評価を受けました。結果は自分が思う以上に作業能力は落ちており、まず作業所等に通うことを勧められ紹介されました。作業所には実際見学に行きましたが、就労するという目的には合っていないと考え、自分で区役所等に相談に行き(創)C・A・Cと出会いました。

(創)C・A・Cではまず毎日通い生活リズムを整え、その後少しずつ自分にかかる負荷を増やすことで就労できる状態に戻すことを目標としました。また、(創)C・A・Cで役に立ったと感じることは、まず職員の方、同じ障害を持つメンバーら多くの人との出会い、関わりが持てたこと。気分調べでは、人前で話すこと、話すことで自分の状態に気付けたこと。SSTでは、頭ではできると思っていることも、実際に行うとできないことが多く、練習したことは就労後も役立っています。そしてハローワーク等他機関との連携によりパソコン訓練、障害をオープンでの短期就労、ヘルパー講習を受ける機会に恵まれ、現在はヘルパーとして3ヶ月のトライアル雇用を経て、週40時間就労することができています。

働くことは大変ですが、今の私は社会参加できている安心感、充実感があり、疲れはありますが病的には安定しています。自分の状態を知り、まずできることから行動に移してみましよう。上手くいかないことも多いと思いますが、全て経験となり次に何をすべきか見えてくると思います。

最後に就労を続ける上で大切と感じるのは、自分を受け入れてくれる仲間、相談相手を一人でも、一ヶ所でも多く持つことだと思います。現在の私も多くの方に支えられ就労を続けることができていると感謝しています。



(創)C.A.Cの活動目的

～ みなさんが練習すること ～

◆ 職場での人間関係を上手にこなす

SST・CAC内で人付き合いの練習

◆ 体力 持久力

ラジオ体操・ウォーキング

◆ 健康管理

生活セミナー 生活習慣の見直し
CACに毎日来る

◆ 服薬 体調をよく知る 障害をよく知る

障害、病気、薬について学習会
苦手なストレスを知る
ストレス解消法 相談できる人を作る
障害と上手につきあう

◆ 規則正しい生活 (習慣)

CACに朝9時に来る 生活のリズムを作る

◆ 基本的労働習慣

時間を守る 挨拶をする
指示どおり作業する その他

仕事をする上で必要なこと

◆ 社会的能力

社会人として行動する (社会人マナー等)
組織の中で役割をもって行動する
(当番、作業リーダー等)
公共機関の利用 人付き合い

◆ 技術・技能

効率よく作業する 施設内作業
クリーニング・清掃 就労セミナー

◆ 身だしなみ

清潔感 その場にあった服装

◆ 余暇

リラックスする ストレス解消
レクリエーション 集団の中で楽しむ
友達を作る

◆ 気力 意欲 自信

働きたいという気持ち
チャレンジする気持ち

◆ 職業適性

自分に合った労働環境、労働条件、
できる仕事を知る

働くとは

お金を得る (収入)
{ 気持ちのゆとり、娯楽、交際が広がる 貯金 生活 }

生きがい 社会人としての成長
自立した生活 社会的役割 義務

職場で必要なちょっとしたコミュニケーション

人間関係を円滑にすることの基礎の基礎があいさつです。人間関係、ひいては仕事の成否はあいさつにあるといっても過言ではありません。場面や相手に応じて上手に言葉を使いましょう。

1 日常のあいさつ

朝 : 「おはようございます」

昼食やお茶の時間、誰かにお菓子をいただいたとき :

「ありがとうございます」「いただきます」

帰り : 「お先に失礼します」「さようなら」「お疲れさまでした」

2 特別なあいさつ、声かけ

遅刻をしたとき : 「遅れてすみませんでした」

早退をするとき : 「お先に失礼します」

「後はよろしくお願いします」

持ち場を離れるとき : 「ちょっとトイレに行ってきます」

持ち場に戻ってきたとき : 「今戻りました」

自分が職場の外に出かけるとき : 「〇〇に行ってきます」

他の人が職場の外に出かけるとき : 「行ってらっしゃい」

外から帰ってきたとき : 「ただいま戻りました」

他の人が外から帰ってきたとき : 「おかえりなさい」

他の人が使っている道具をかりるとき : 「かりていいですか」

今の仕事に区切りがついたとき :

「〇〇は終わりましたが、何かすることはありますか」

「何かお手伝いしましょうか」



3 相手のこと

同僚が病気や旅行で休んでいた後に出勤してきたら :

「もう大丈夫ですか?」「旅行はいかがでしたか」

お客さんが入ってきたら : 「こんにちは」「いらっしゃいませ」

お客さんが帰るときには : 「さようなら」「お気をつけて」

in 西 脇 (第1回) (平成18年2月22日)

今年度は西脇健康福祉事務所に音頭をとっていただき、初めて「第1回西脇精神保健福祉ネットワーク会議（就労支援研修会）」として、西脇地域の小規模作業所のスタッフ、ハローワーク、労働基準監督署、障害者職業センター、地元市町職員、社会適応訓練事業の協力事業主などが集まりました。

当日は、本職親会の会員でもあるS.G.Uの後藤悦司社長より、まず事業主の立場から精神障害者や知的障害者と一緒に働いて感じたことなどを話題提供していただき、その後、現状報告や情報交換など地域の関係者が集まって有意義な意見交換が行われました。（一部のみ要約して報告します。）

「障害者と一緒に働いた11年を振り返って」

S.G.U社長 後藤悦司

● ひたむきに働く場を捜し求めて・・・

・11年前に知的障害者を受け入れた。そのお母さんから私自身色々教えられ、継続して障害者を受け入れるきっかけになった。

● 健康が先か、お金が先か

・6年前から通り八事業（社会適応訓練事業）を受けている。元気になったらお金が入ってくるから、まず健康になることが大事。

● 人間として一番大切なものを持ちすぎている

・当事者は、仕事をパーフェクトにやらなければならないと思っている。手抜きができない人が多い。限界まで頑張ってしまう人がいる。

● わがままは人間皆持っている。（自分中心で世間を考える）

・わがままと、正しいことをどこで妥協するか。

● 病気なんだから仕方がない？

・逆の発想をもってみる。あまり病気に甘えず、自分のペースで長い階段をのぼっていくつもりで。

● 障害者の働く場所（居所）が成り立つには・・・三輪車のようなものである・・・

・前輪のハンドルは当事者自身が持ち、後輪の1つは事業主が支援すること。そして、もう1つの後輪は、行政等が社会環境を整えることによって成り立つ。

● 最後に今何をなすべきか・・・

・当事者は、みんな最低賃金程度の報酬がほしい。しかし、能力がそこまで到達していない場合は、会社は雇用を躊躇するだろう。
・しかし、数年ゆっくと見守ると就労能力が向上することが多い。会社も親の気持ちになって、長い目で受け入れることが大切。
・色々な会社が協力すれば、必ずその人に合う仕事が見つけれられる。そのことを、事業主として他の事業主に今後もPRし、障害者が働くことを応援する事業主の仲間を増やしていきたい。

参加者の声

いろいろ

※通院患者リハビリテーション事業利用者の状況

- 管内で通り八を利用した27名の内、作業所通所経験がある人は、20名(74%)、引き続き職安の制度を利用した人は、6名(22%)、就労に至った人は、6名(22%)であった。
- 就労や職安の制度を利用している人は、デイケア→作業所→通り八と利用する人が多い。当事者にとっては、就労にチャレンジする際、色々な所属を経験した方が、相談できる人が増えたり帰属意識も高まることで安心感に繋がっているように思う。
- 事業所開拓が難しい。
- 通り八を始める時も、ジョブコーチがあればうまく支援できる人もいないのではないか。

健康福祉 事務所から



ハローワークから

- ・昨年は精神障害者の職安への登録が33名あり、10名が就職に結びついている。障害者としての登録はせずに精神障害をクローズドで就職活動している人も多い。
- ・例えば企業を誘致する段階から、障害者の雇用義務を理解してもらうなど、障害者雇用を推進する工夫がある。

作業所 スタッフから



※作業所の取り組み

- ・通り八事業や就労への意欲を高める為にも、通り八の希望者だけでなく、作業所の通所年数の長い人、作業能力の高い人も同伴して通り八協力事業所を見学した。
- ・通常は作業所内で行っている内職を、工場へ出向いて行った。よい刺激になったと思う。
- ・就労希望者と同行して職安の障害者窓口で相談に出向いた。通勤手段や職種など課題は多いが、希望ややる気につながった。

※今後の課題

- ・さまざまな職種の職場見学や職場体験する機会を持ちたい。通勤に必要な交通手段の確保等の側面支援も行いたい。

障害者 職業センターから



- ・精神障害者の職安への登録やジョブコーチの利用も増えてきている。
- ・昨年10月より精神障害者総合雇用支援の一環で、新規にうつ病の方の復職支援(リワーク事業)を実施しており、大企業のニーズも高い。
- ・ジョブコーチについては、年間130件程の実績があり、地域の施設と連携しながら行っている。
- ・受け入れ事業所の開拓は、当所でも20~30件あたって、やっと1件ある程度が現状である。

労働基準 監督署から



- ・兵庫県の最低賃金が3円アップして、679円となっている。鉄鋼業も5円アップし、811円となっている。最低賃金の除外申請を行わない限り、この賃金を下回ると、法令違反となる。この地域での障害者の除外申請は年に1~2件ある程度です。



Q 「精神障害者総合雇用支援」とは???

～地域障害者職業センターの取り組み～

- 精神障害者の雇用率算定など、障害者雇用促進法の改正を受けて、全国的に地域障害者職業センターにおいてこれまでの事業などを整理、拡充し、「精神障害者総合雇用支援」として、精神障害者及び精神障害者を雇用している事業主に対して、主治医との連携のもとで、雇用促進・職場復帰・雇用継続のための専門的な支援が行われます。
- 具体的には、
 - ①当事者や事業主に対してジョブコーチ派遣による支援、
 - ②障害者職業センターへの通所プログラムとして行われる精神障害者自立支援カリキュラム、
 - ③うつ病で休職中の方のための復職支援（リワーク事業）などです。（※いずれも費用は無料）

詳しくは高齢・障害者雇用支援機構のホームページに「精神障害者総合雇用支援のご案内」としてパンフレットが作成されていますので、是非、ご参照下さい。下記の「高齢・障害者雇用支援機構」のホームページから閲覧、印刷できますのでパソコンで入手してください。「精神障害者総合雇用支援のご案内」は、

http://www.jeed.or.jp/disability/person/development/download/mentaldisorder_pamphlet.pdf

Q 「ジョブコーチ」ってなに???

～職場に出向いてきめ細やかな支援を～

- ジョブコーチとは、知的障害者や精神障害者の方が職場になじんで働き続けるためには、一人ひとりの障がい、特性を踏まえた直接的できめ細やかなサポートが有効です。利用した障がい者の6カ月後の職場定着率は8割を超えるものです。
- ジョブコーチは、実際に事業所へ出向き、障がいのある方や事業主に対して、職場に定着できるような支援を行います。
- 1ヶ月～7ヶ月の範囲で、1人ひとりに必要な支援計画を設定します。おおまかに分けると、①集中支援期、②移行支援期、③フォローアップで、標準的な支援期間は2～4ヶ月です。精神障がい者の場合はフォローアップ期間が長くなる傾向です。
- このような支援者をジョブコーチと言い、このような支援のやり方ジョブコーチによる支援と言います。また、家族やジョブコーチだけでなく、関係機関の支えもある方が仕事が継続しやすいです。この支援の窓口となるのは、最寄りのハローワークの障害者就職相談窓口や兵庫障害者職業センターなどになりますので、出来れば支援者と当事者が一緒にご相談されればよいと思います。
- 兵庫障害者職業センターで実施されているジョブコーチ派遣による支援の詳細については、10、11ページの「ジョブコーチによる支援事業のご案内」をご参照下さい。

ジョブコーチによる 支援事業の ごあんない



1 ジョブコーチとは

知的障がいのある方や精神障がいのある方などが職場に適應してはたらきつつけるためには、一人ひとりの障がい、特性を踏まえた直接的できめ細かな支援・サポートが有効です。ジョブコーチ（職場適應援助者）が事業所へ出向き、障がいのある方や事業主の方に対して、職場適應や雇用管理に関する支援を行い、企業への就職や職場への定着を目指します。

2 支援の内容は

1. 障がいのある方へのサービス

- ①職場のルール、健康管理などの指導を行います。
- ②職場内でのコミュニケーションを支援します。
- ③仕事の手順・方法を指導します。
- ④通勤の支援を行います。
- ⑤社会生活・余暇活動の支援を行います。

2. 事業主の方へのサービス

- ①障がいについての情報提供を行います。
- ②障がいに適した配置や職務内容をご提案します。
- ③仕事の教え方、指示の出し方などのアドバイスをを行います。
- ④現場で働く方が障がいのある方と関わる際の支援を行います。
- ⑤家族との連絡、連携に関する提案を行います。

3. ご家族の方へのサービス

- ①障がいについての情報提供を行います。
- ②仕事を続けるための支援機関や制度に関する情報提供を行います。
- ③企業や支援機関との連絡、相談に関してアドバイスを行います。



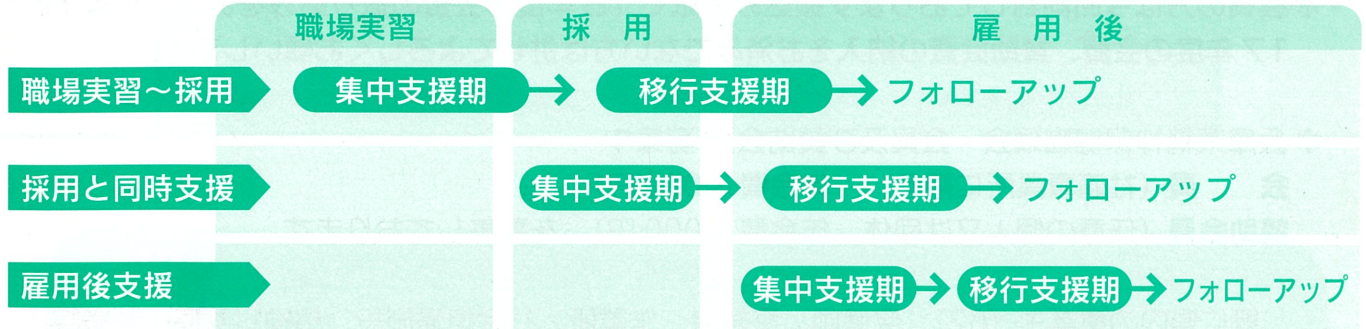
3 雇用前支援（職場実習）の期間について

- ・障がいのある方に対し賃金や訓練手当等の支給はありません。雇用保険受給中の方は受給可能です。
- ・障がいのある方には災害見舞金制度があります。また、事業所に対しては企業賠償責任保険に加入しております。
- ・出勤日数に応じ事業所に対し協力謝金をお支払いします。（1ヶ月最大5万円まで）

4 支援期間

支援計画書において1ヶ月～7ヶ月の範囲で、一人ひとりに必要な支援期間を設定します。標準的な支援期間は2ヶ月～4ヶ月です。

<期間設定の例>



集中支援期

障がいのある方および事業主のニーズに応じて、職場適応上の課題を改善するための支援を集中的に行います。

移行支援期

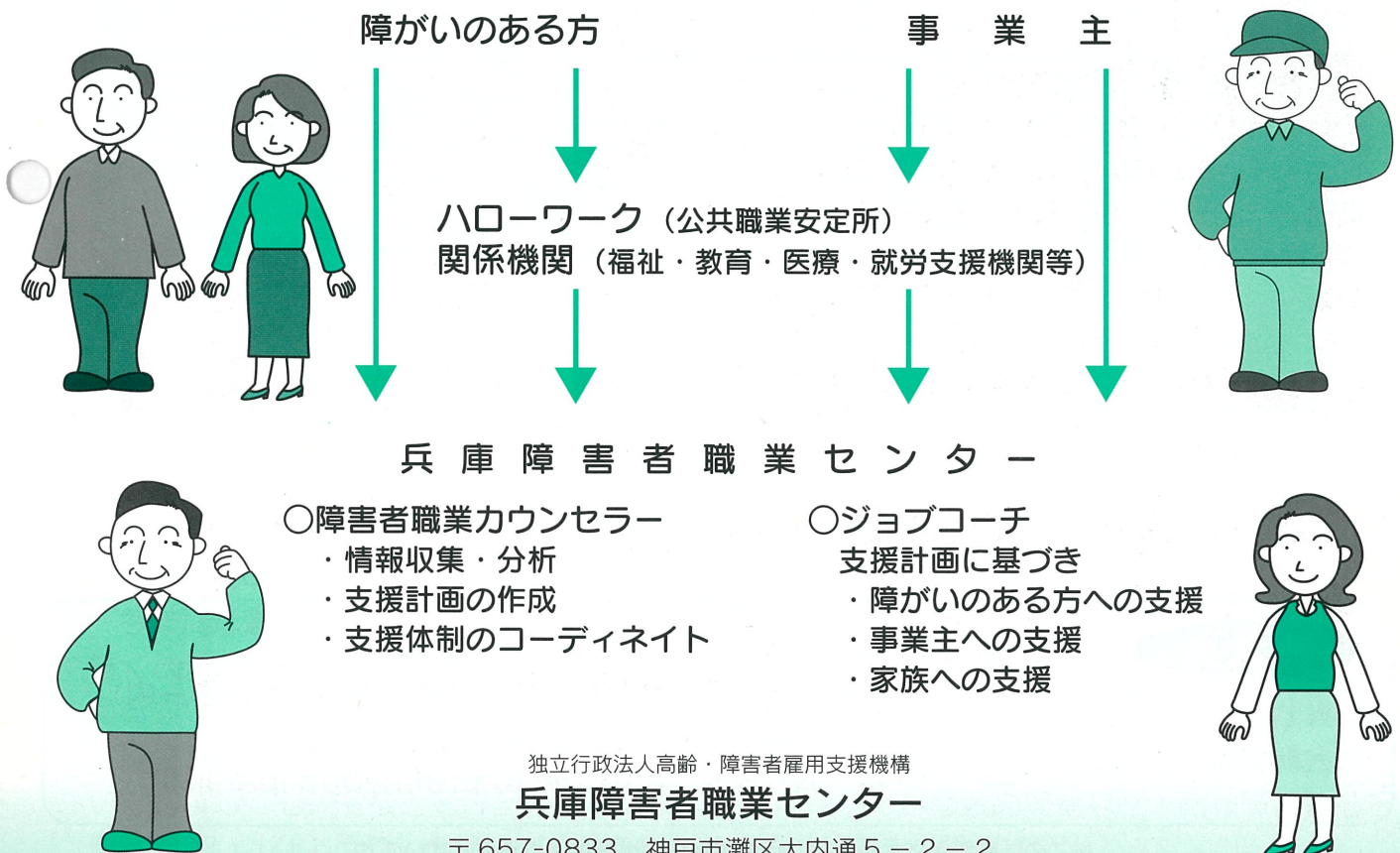
必要な支援を継続しながら、障がいのある方の支援方法を事業所の担当者に伝達し、支援の主体をジョブコーチから事業所の担当者に移行していきます。

フォローアップ

支援終了後も、必要なフォローアップを行い、支援体制の状況や新たな課題などを確認します。

5 支援の流れ

障害者職業カウンセラーとジョブコーチがチームで支援を行います。



お知らせコーナー

* 会員の方は今回同封しております振込み用紙で18年度の会費の振り込みをお願いします。
17年度の会費、賛助会費の納入をお済みでない方は併せてよろしくお願いします。

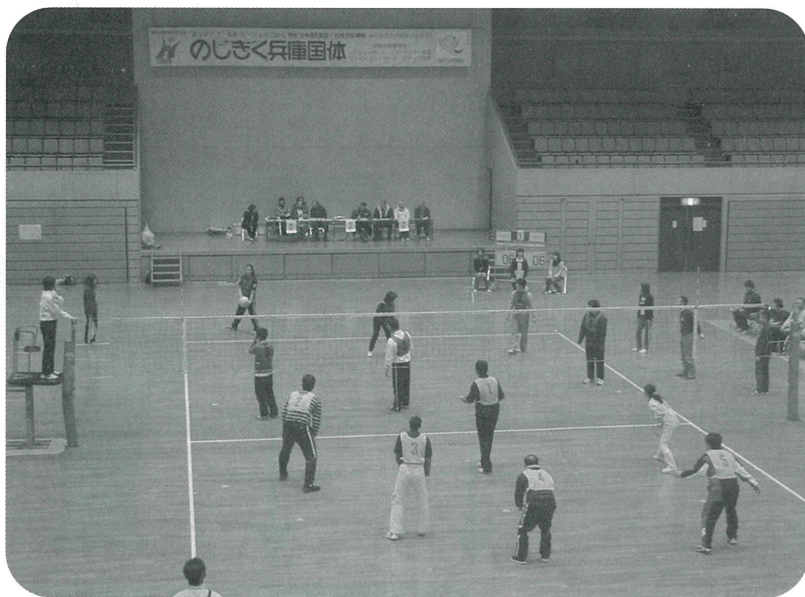
* 兵庫県精神保健職親会 会員及び賛助会員 募集中

会 員 (社適事業所に限る。 年会費 3,000 円) と、

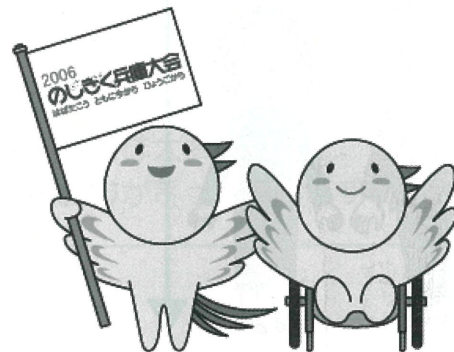
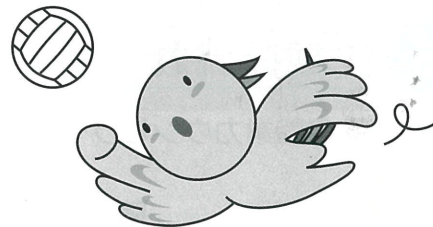
賛助会員 (任意の個人又は団体。 年会費 1,000 円) を募集しております。

既に県内の事業主 (62)、保健師、家族会、作業所、社会復帰施設、精神科診療所、病院、PSWなど関係者の方々 (125) が、すでに個人や団体で会員になっていただいています。お問い合わせや、お申し込みいただける場合は、下記事務局までご連絡下さい。

* 当職親会は、精神障害を持つ人がスポーツを楽しみ、体力の維持・増進を図り、仲間とのふれあいを体験することによって、社会参加が進むように、「精神障害者スポーツ (バレーボール)」の振興を応援しています。



▲第3回兵庫県精神障害者スポーツ (バレーボール) 地区大会試合風景 (平成18年2月)



▲2006のじぎく兵庫大会「第6回全国精神障害者スポーツ (バレーボール) 大会」は、平成18年10月14・15日に開催されます。

事務局

〒651-0073 神戸市中央区脇浜海岸通 1-3-2
兵庫県精神保健職親会 (県立精神保健福祉センター内)
Tel 078-252-4980 Fax 078-252-4981
ホームページ <http://web.pref.hyogo.jp/seisin/>

※この「職親会だより」は、兵庫県からの委託により作成しています。