

『 タイトル 』

塩原さんの写真（写真下に「精神保健福祉士 塩原 真澄」と記載し、下記内容を併記）

福祉課の窓口で、精神科で何らかの治療を受けている人やこれから受けたいと思っている人、そのご家族などから、生活全般に係るご相談等を受けています。

厚生労働省が、「ガン」「脳卒中」「急性心筋梗塞」「糖尿病」の4大疾病に「精神疾患」を加えた5大疾病としたのは、2013年のことです。現在、寒川町内にも何らかの理由で精神科に通院している方が約700人いられます。今やメンタルヘルスは国民的課題となっていると言えるでしょう。

今回は、寒川町にお住まいの、精神疾患の中でも代表的な病気である統合失調の4人の方々に集まっていたいただき、この町で暮らしながら日々どんな事を考え、感じてられるのか、様々な人生の出来事に出会いながら、家族や友人、地域や社会とどう関わり、繋がっていきこうとしてられるのかなどを座談会という形でお聞きしました。（355文字）

【 座談会記事 】・・・当日の写真も掲載

参加者氏名（仮称）	表記	年代・性別	夢	今の仕事
西野さん	西	30代 男性	イラストレーター	就労継続支援 B型事業所（* 1）で就労中
広瀬さん	広	40代 男性	・カラーコーディネーターの上級資格取得 ・時計の販売員	就労継続支援 B型事業所で 就労中
フーテンのTさん	T	40代 男性	ハワイに行く	眼鏡販売店で 就労中
KAT-TUN	K	40代 女性	一人暮らし	工場内の清掃 業務

◀ 聞き手 ▶

塩原 精神保健福祉士（以下「塩」）

塩：みなさん、こんにちは。今日をご参加いただき、ありがとうございます。ざっくばらんに話し合いたいと思いますが、まずは仕事について話しましょうか？

T：自分は就労移行支援事業所（*2）に通い、スタッフさんと求人を探したり、履歴書の添削や面接同行など手伝ってもらいました。会社とのコンタクトもスタッフさんがやってくれます。なので、そういうところは楽でした。

塩：どんな仕事を探したり、どんな訓練をしてたんですか？

T：障がい者雇用でAmazonさんや無印良品さんの倉庫、ジャックスさんの事務作業とかです。

訓練は、ビジネスマナーや職場での“ほうれんそう（報告・連絡・相談）”。あとは、電話対応の練習やお茶の入れ方などです。

塩：“ほうれんそう”の中でも“相談”ってありますけど、つらいときやうまくいかないときに相談できる人がいるのは大事ですよ。

T：自分が病気から復帰できたのは友達の力が強かったです。友達は健常者で仕事をしていて、そういう人がまわりにいたので、世の中の役にたたなきやと思い、仕事探しを再開しました。

塩：病気になって一度仕事をやめて、就労するまでどのくらいかかりましたか？

T：2001年に病気になり、5年間自宅療養していました。医者からは、良くなるのに10年かかると言われました。療養後、少しずつ仕事をはじめたけど、人間関係が悪くなると、症状が出始めて病院に行くという感じでした。

障がい者雇用だと、仕事面の配慮に加え、病院に行きたいときに会社を休めるので無理しないんです。

K：以前、私は病院で病棟のベットメイキングや医療器具の洗浄などをやっていました。

ちゃんとしてくれる指導者いて、大丈夫でした。

でも、人間関係、特に言葉がきつかったです。今は希望していた工場内の清掃の仕事で、ひとりでやる仕事だから楽です。

西：僕の今行っている作業所は、職員さんも同僚も良くしてくれて、居心地が良

いです。作業所の外では子育て支援センターの清掃の仕事をしています。実は、KAT-TUNさんが以前担当していた仕事を4年前から引き継いで、作業所には14年間行っています。

塩：作業所に行くきっかけや迷いは？

西：母が探してくれたのがきっかけです。迷いもなかったです。高校を中退し、両親も色々と考えてくれて、今の作業所を見つけて、じゃ行ってみよう。

広：自分の場合は、病気になり受診後、割と良くなってから今の作業所に行くようになりました。その後、障がい者の職業能力開発校に通い障がい者枠で就職し3年間働きました。で、他の仕事がしたいなあと思い、その会社を退職しました。それからは、クローズ（*3）で働いたのですが、ついていけずにやめました。次に、かなテクカレッジの6か月コースをやったけど、3か月でやめました。それで今の作業所に戻ってきました。

塩：障がい者枠の就労は、どんな仕事だったんですか？

広：紳士服店の掃除とかバックヤードです。忙しくも厳しくもなかったです。

塩：みなさん、障がい者枠は無理なく働ける感じですか？

T：はい。スタッフさんが気にかけてくれて。今の仕事内容はポスティングなどの作業系ですが、約1時間くらい作業すると「休憩とった？」とか声をかけてくれます。

広：自分は、仕事は楽でしたけど、“このまま続けるのかなあ”と思いました。それで駅ビルのショップで働きましたが、2か月持たずに辞めました。能力が落ちていて、クローズで働くには接客も不十分で、ラッピングもモタモタしてできなかったです。

塩：一般就労に挑戦するとき、相談しましたか？

T：障がい者雇用の会社に相談しないで辞めて、一般就労したけど、調子は崩すし、相談はできないしで、続けられなかったです。

広：自分も誰にも相談しませんでした。一般就労では辛いことは言えなかったですね。

塩：じゃ、誰に相談することが多いですか？

広：今は作業所の職員さんと病院の主治医です。

T：就労移行支援事業所のスタッフさんに一番相談することが多いです。主治医にも相談はしています。

K：主治医はずっと同じで、相談できています。あとは辻堂にある就労援助センターの職員さんにも相談しています。

西：僕の場合は、作業所の職員さん、両親、妹ですかね。自分の軌道修正をしてくれますね。

塩：具合が悪くなってきたなあと感じたら、どうしてます？

T：寝ます。休みます。

K：うーん・・・、好きな音楽やDVDを観てます。

広：占いが好きなので、易経をやります。どう運勢が変わるのかをみます。いい運勢であれば期待できるし、悪い運勢ならどうすればいいのかわかるので、支えになります。

西：絵を描いています。イラストレーターになるのが夢で、8年近く練習しています。本も買って勉強しています。夢があることが励みです。

塩：じゃ、日頃の生活で、どんなことを楽しみにしていますか？

K：そうですねえ・・・、友達と温泉旅行に行くのが楽しみですかね。

T：ラジオを聞くことです。

広：自分はラジオは聞かないです。なんか自分のことを言われているんじゃない

かと思っちゃうので聞かないです。でも、録画ならテレビは見れます。

塩：そういうのは病気とうまく付き合うコツですね。ほかに何かしてますか？

T：よく食べ、よく寝るです。

K：好きなことをして過ごすことかな・・・。

広：自分のことを言われていると思っ込んでしまうので、気にしないように心がけてます。

西：夢とか目標を持つことです。モチベーションもあがるので。

塩：そうですか。みなさん、今日はどうもありがとうございました。お疲れさまでした。

一同：お疲れ様でした。

~~~~~ 用語集 ~~~~~

( \* 1 ) 就労継続支援B型事業所 ・ ・ ・ 一般企業等での就労が困難な人に就労機会を提供や生産活動等を通じて、就労に必要な知識及び能力の向上のために必要な訓練を行う事業所

( \* 2 ) 就労移行支援事業所 ・ ・ ・ 生産活動や就労に必要な知識及び能力の向上のために必要な訓練など、就職に必要な支援を行う事業所

( \* 3 ) クローズ ・ ・ ・ 障がいであることを隠して就労すること  
( 2725 文字 )

## \* 座談会を終えて、、、

精神病になると生涯を病院で過ごすという時代から、早期発見、早期治療へ、病院から地域へと、生活する場について、国の方針は大きく転換してきています。

座談会に参加していただいた皆さまが、発病や入院、再発等という辛い時期を経て一步一步回復し、自分なりの人生を切り開いてこられた事を改めて知りました。また、迷ったり、困ったりした時に、身近に相談できる人、支援してくれる存在がられる事も分かりました。改めて周囲の理解と支えが大切であると感じます。

それぞれに夢があり希望をもってこの町で暮らし続けて行こうとしている 4 人の姿を、ほんの一旦ではありますが、共にこの町で生活している町民の皆さまにお伝え出来たら幸いです。(301 文字)

### 【ハートぽっぽについてのお知らせ】・・・活動風景の写真掲載

( サロンの活動内容は? )

・心の病を抱えている人の居場所として、毎月第 3 木曜日の 11 時~15 時に寒川町健康管理センターで開催しています。

・活動は一緒に昼食をつくり、食事をします。また、ゆっくりお茶を飲みながら、おしゃべりをします。活動時間の間は、いつ来ても、いつ帰っても自由です。

( 活動していてうれしかったことは? )

いつも、町内外併せて 10 人くらいの参加者ですが、曜日と時間と場所を変えずに活動し続けたことで、何年か疎遠になっていた参加者が思い出したようにふらりと現れることがあり、サロンのことを忘れずにいてくれて、細々とでもつながっていたことです。

( 利用者の声や感想は? )

以前は参加者から献立の希望を聞いていましたが、トンカツやエビフライなどのリクエストが多くなり、栄養に偏りがでてしまいました。現在は栄養士さんのレシピをもとに調理しています。そうしたことで、男性のひとり暮らしの参加者などからは、普段はあまり野菜をとらないから助かるなどの声があがっています。

( これからの展望は? )

最初の頃は、運営スタッフが集まらなかったり、利用者が少なかったりと不安がありました。今では、サロンの活動が定着してきましたし、私たちスタッフも家でひとりで過ごすより、みんなでおしゃべりをしながら活動している方が楽しいから長続きしているのだと思います。これからも、みんなで和気あいあいと頑張っていきます。

( 欄外 )

詳しくは、寒川町社協ボランティアセンター (72-3721) へお問い合わせください。

( 617 文字 )

### 【ユニバーサルマナー記事】・・・ロゴマーク提供を出展もとに依頼中

タイトル：ユニバーサルマナーをご存知ですか？

高齢者や障がい者、ベビーカー利用者、外国人など、多様な方々を街で見かける現代において、『私たちにとって“自分とは違う誰かの視点に立ち、行動すること”は、特別な知識ではなく、「こころづかい」の一つである』という概念のもと、多様な方々に向き合うためのマインドとアクションを「ユニバーサルマナー」と呼んでいます。

寒川町のブランドイメージである、町民の穏やかな気質と人の生活を大切にする気持ちを表した「高座のこころ」に相通じるものがあると思いませんか？

街中で困っていそうな方を見かけたら、ぜひ、「何かお手伝いできることはありますか？」と、声掛けしてみてください。誰もがこの「ユニバーサルマナー」を理解し実践できる、より魅力的な寒川町を作り上げていきましょう。(360 字)

出展：ユニバーサルマナー協会 (<http://universal-manners.or.jp/>)

【 障がいに関する相談窓口 】・・・空いているスペースならどこでも可

| 相談機関                | 住所                            | 連絡先                                        | 相談内容                                       |
|---------------------|-------------------------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------|
| 生活相談室 すまいる          | 岡田 1-9-1 司ビル 107              | TEL: 72-0175<br>FAX: 74-2347               | 障がい者や障がい児の保護者から日常生活に関することや障がい福祉サービスの利用について |
| 寒川町障がい者相談支援事業所 ゆいっと | 宮山 3017-2 アニバーサリーサプライズハウス 105 | TEL: 39-5537<br>FAX: 39-5475               |                                            |
| 茅ヶ崎市保健所 保健予防課       | 茅ヶ崎市茅ヶ崎 1-8-7                 | TEL: 38-3315<br>FAX: 82-0501               | 精神保健福祉全般に関すること                             |
| 寒川町福祉課 障がい福祉担当      | 宮山 165                        | TEL: 74-1111<br>内線 143~145<br>FAX: 74-5613 | 障がい福祉全般に関すること                              |