

精神障害のある方の雇用を考える

②新たなチャレンジ・働く力をつけること

◎精神障害があることによる生きづらさ

精神障害は誰もがかかる可能性のある、ありふれた慢性疾患でありその後遺症です。しかし精神障害をもつことによって様々な苦労や悩みを抱えることになります。



まず精神障害をもつ前とは違う生活様式を取り入れなければなりません。長期間医療サービスを利用し続けなければいけないこと、毎日の服薬があること、無理しすぎないこと、ストレス対処法や健康維持のコツを身につけるなど、生活の工夫が求められます。

また、精神障害をもつことによって失ってしまったもの（例えば、学生生活、仕事、経済基盤、職場や近い人との人間関係、社会人としての自信、自分らしさ、希望、その他）を再び取り戻すために、あるいは新たな生き方を創り出すために、それらひとつひとつに対応するリハビリが必要です。（これらも他の慢性疾患や、災害からの復興などの経過と同じです。）

◎精神障害の改善や軽減をはかる

リハビリテーション機関があります

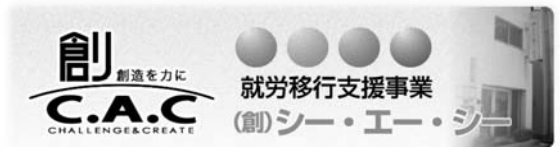
精神科病院やクリニックのデイケア利用、また各種障害福祉サービスを利用しながら、生活のリズム、体調管理、人付き合いの練習などを通し、精神障害と付き合いながら自分らしい生活を送るためのリハビリを行うことができます。「就職し働けるようになりたい」と希望されている方に対する就労支援のための機関や支援制度もいくつかあります。ハローワークには障害のある方の就職



相談を受ける専門援助の窓口もあります。詳しくは、医療機関や最寄りの市町村役場、ハローワークにお問い合わせください。

◎「働きたい」を実現するために

ではここで、私の勤める『就労移行支援事業（創）シー・エー・シー』についてご紹介させていただきます。



当事業所は精神科に通院している方（精神障害、発達障害のある方）で、就職を希望する方対象に、職業リハビリテーションと、就労支援サービスを提供する就労移行支援事業所です。『働くことに挑戦し、生きがいや働く場を創りだす（Challenge And Create）』を活動方針としています。

精神障害や発達障害と上手に付き合いながら、自分らしく働き、社会生活を送ることができるよう、リカバリー（人生を包括した回復）をめざした支援を行っております。利用されている方の年齢層は20代～50代、うち、企業等で勤務経験（1年前後～10数年）のある方は9割いらっしゃいます。

当事業所の就労支援プログラムですが、

- ①基本的な労働習慣作り（各種軽作業やパソコン入力、印刷作業等）と職業適性を知るための職場体験実習、
- ②職場でのコミュニケーションの練習、
- ③精神疾患や障害を知り体調管理するためのセミナー、
- ④ビジネスマナーや社会経験を増やすプログラム

（テーブルマナー等）、スポーツやレクリエーションがあります。



これらは精神障害の特性に配慮したものであり、社会人として自信をもって働けるよう、またしば

らく離れていた仕事の感覚を取り戻せるような内容となっております。加えて利用されている方のご家族向け、事業所の就労支援内容の説明や精神障害のある方の就職状況や就労支援制度の紹介、精神疾患や障害について理解する講座などを行っ



ております。

そして当事業所の最大の特徴としましては、利用者が就職した後も、働き続けている限り必要に応じた支援を継続して行うところです。リハビリとは働く準備期間です。就職後が本当のスタートであり新たな一歩でもあります。誰もが実感していると思いますが、働き続けることは大変な道のりです。困った時には気軽に相談できる社会資源があることは大切なことと思っております。

かつて当事業所を利用した方が就職し働いてよかったことについて次のように述べていらっしゃいます。

(当事業所就労者アンケートより引用)

- ・社会の中で役に立てているのが嬉しいです。
- ・社会の一員になれ自信がもてるようになりました。
- ・社会的信用が得られ、今何をしているか聞かれても困らないようになりました。
- ・自分で働いた収入で生活することで、人としての自信が回復できました。
- ・収入の安定で趣味や人との関係が広がりました。
- ・会社で多様な経歴をもつ人と接し、学びと成長があります。
- ・生活にメリハリがつき、耐える力がつきました。
- ・体調が落ち着き、不安で頭が冴えることなく毎日が非常に落ち着いています。
- ・気持ちの持ち方が変わり、家族との関係もよくなりました。
- ・私自身が生き生きしたことです。



◎『働く』ことの意味

『働く』とは、単に収入を得るための手段のみではありません。『働く』の中には様々な要素が内包されています。収入を得ることによって生活の質が高まり、将来へ貯蓄(安心)や余暇を楽しむこと、家庭に経費を入れることや、共通の趣味や外食を通じた人との交流で、家族や友人関係を維持することができます。また仕事面では技術の向上、社会の役割を担っている存在であること、やりがいや満足感、職場の人間関係を通じ社会人として成長できること、人間関係の広がりがあります。そして働くことによって体調管理に気をつけ障害が改善・軽減することもよくあります。このように『働く』ことへの支援は人生全体を含み、その人らしい人生を送ることができるよう支援することと同じことなのです。

実は『働く』ことへの支援は、何も障害のある方のみにとどまりません。就活に悩む学生や失業中の方、苛酷な労働環境に置かれている方、育児や介護を抱えながら働く方、術後の後遺症を抱えている方など、多くの方がちょっとした支援や配慮を必要としています。そのちょっとした配慮による調整が職場でできさえすれば、生き生きと働くことができ、十分戦力となって社会を支える力になるのです。人は周囲の人たちに支えられ、育てられてこそ働き続けることができます。社会全体で、ひとりひとりの生活の事情を尊重し、やりがいをもって働き続けられるような仕組み作りを考え実現することができれば、社会の大きな原動力になることと確信しております。

【参考URL】

就労移行支援事業(創)シー・エー・シー
<http://www.minatogawa.jp/assist/work1.html>
兵庫障害者職業センター
<http://www.jeed.or.jp/location/chiiki/hyogo/index.html>
ハローワークインターネットサービス 障害のあるみなさまへ
https://www.hellowork.go.jp/member/sy_guide.html

北岡 祐子

【プロフィール】

医療法人尚生会 就労移行支援事業(創)シー・エー・シー 所長

- * 精神保健福祉士(精神障害のある方への生活支援、就労支援の仕事に携わり25年)
- * 一般社団法人兵庫県精神保健福祉士協会 会長

【著作】

- ・「暮らす・働く・日々がSST」前田ケイ・安西信雄編『本人・家族のためのSST実践ガイド ところの科学』日本評論社。
- ・「職場開拓と職場定着支援—精神障害をもつ方の一般就労を実現するために—」『精神科臨床サービス 第9巻2号』星和書店
- ・「就労移行支援事業所における支援の実際」『新版 就業支援ハンドブック』独立行政法人高齢・障害・求職者雇用支援機構。
- ・『精神・発達障害者雇用支援ガイドブック』一般財団法人兵庫県雇用開発協会 編集委員

