

職員活動報告

「 はたらくことの勇気 」	ジョブコーチ N	Vol.227	令和 4 年度 3 月
<p>昨年の春に来所された工業高校に通う A さん。 初めてお会いした時の A さんは、笑顔が柔らかく穏やか、しかし緊張が強く自分の気持ちを言葉で表現するのが苦手な方、という印象でした。</p> <p>アセスメントを実施した後、A さんが興味を持っていた企業の体験実習に参加できることになったのですが、A さんは『実習にはあまり参加したくない』と言い、参加を迷っている様子でした。友人たちの進学先や就職先が次々と決まる中、改めて自分のことを振り返り、『働くことの意味がわからなくなった』とぼそりと話してくれました。きっと、なかなか結果が出ない状況を不安に感じていたのだと思います。</p> <p>その後、ご家族を交えた面談で実習をする目的や今後の見通しについて話し、『何もしない状況からは抜け出して、今出来ることから始めてみませんか?』と伝えると、A さんも『思い切って実習をやってみます』と伝えてくれました。</p> <p>体験実習の場で、IT 機器の分解や部品の取り出し作業に生き生きと取り組む A さん。『その製品を見たらどう扱えばいいのかがわかる』と積極的に語る姿を見て驚きました。実習先の方からも『理解が早い』『安定している』との高い評価を頂きました。本人は他人からそんなことを言われたのは初めてだと言って驚いていました。</p> <p>体験実習を終えた A さんは『働くことに対して勇気が持てました』と語っています。初めて客観的な評価を得たことで自信を持ち、社会に出て働く勇気が出てきたのではないかと思います。</p> <p>就職先はまだ決まっていますが、A さんにはその後、多くの変化が見られます。来所時の挨拶の仕方や電話対応の仕方も以前とは違います。自分の意思を自分の言葉で伝えられる場面も増えています。</p> <p>はじめての就職。これからも不安や迷いは出てくると思います。しかし、今回の実習を通して得た働くことへの思いを大切にしてもらい、これからも A さんの不安や迷いに寄り添いながら、就職に向けて一緒に進んでいきたいと思っています。</p>			

職員活動報告

タイトル 「復職にむけて」	ジョブコーチ N	Vol.226	10月
<p data-bbox="240 443 1353 573">当センターに相談いただく方の年齢層は様々です。今回紹介する A さんは、60 歳を過ぎても仕事をしたい、続けたいと考えた方です。引き続き支援をするためにどうすればいいか、支援者が連携しながら本人と進んだケースについてお伝えします。</p> <p data-bbox="240 636 1353 909">60 歳で定年を迎え、前職での仕事を続けることが難しくなった A さん。これまで体力を使う仕事だったこともあり、退職を希望するかもと思っていました。しかし、また同じような仕事に就きたいと希望し、ご縁があって同じ業務内容での仕事を春から行うことになりました。これまでも、環境の変化などから体調を崩すことがあった A さんでしたが、家族やグループホームの協力、職場の方やセンター職員なども応援しながら、15 年以上仕事を続けてきました。</p> <p data-bbox="240 974 1353 1592">しかし、入職から調子が良かった今回の職場で、4 カ月を過ぎた夏頃、ふとしたことで早退したことをきっかけに体調を崩し、2 カ月ほど休職をすることになりました。体力を使う仕事でもあるし、年齢的にも疲れが出たのかな？と考えていました。でもそうではなく、使う道具などが不足した際に、誰に報告すればいいか分からなくなったのです。「これまで報告できていたのに、なぜ急に？」と支援者間での思いはありましたが、面談を通して話を聞いていくうちに、初めて受ける健康診断のことなど、体調を崩すきっかけになることが他にもあると分かりました。誰でも環境の変化に対応するには多少の時間がかかります。A さんは 61 歳になりましたが、働きたい気持ちに変わりはなく、なんとか現在の職場に復職したいと考えていました。会社のほうも、A さんの丁寧な仕事を評価していたこともあり、A さんの体調が整ったところで再度支援に入り、勤務時間も短時間からスタートすることになりました。今後は報告がしやすい体制を再構築し、徐々に慣れていく様子を見守りながら、本人と企業の希望にできるだけ近づけることができるよう、支援者間の連携が更に必要になると思います。</p> <p data-bbox="240 1655 1353 1883">周りから見るとほんの小さなことが、本人にとっては大きな不安材料になることはよくあることです。知的障がいと精神疾患のある A さんは、とくに敏感に色々なことを感じとられる特徴があります。そのことを念頭において、A さんの小さな不安を支援者がキャッチし、企業にも相談しながら、「ずっと仕事を続けたい」という A さんの復職支援と、A さんの就職人生に関わっていきたいと思います。</p>			

職員活動報告

タイトル 「就労支援相談員のしごと」	就労支援相談員 M	Vol.225	令和 4 年度 9 月
<p>私は就労支援相談員として企業支援を担当しています。主な業務は企業からの障がい者雇用に関する相談対応です。企業からの相談は、新規雇用・在職者の対応・制度や施策に関するものなど多岐に渡ります。また、出前講座、企業向けセミナーの開催など、企業の相談対応以外にも様々な活動をしています。</p> <p>昨年から今年にかけ、これまでとは異なる業務の経験をさせていただく機会がありました。ひとつは、他機関より依頼された合理的配慮事例についての記事作成、もうひとつは、当センターが毎年実施している運営委員会での事例発表です。</p> <p>合理的配慮事例についての記事作成では、取材対象の企業の本社が東京であるため、本社の人事担当者へ取材を申し込み、その後、福岡の現場の責任者、就労中のセンター登録者、記事作成依頼元の機関それぞれに相談をしながら進めていきました。当該企業へは雇用相談等で以前より支援をさせていただいていましたが、今回取材をすることで、より深く企業の障がい者雇用に対する考えに方に触れることができ大変勉強になりました。企業の「特別なことは何もしていない、いてもらうことが普通」、ご本人の「ここで働き続けたい」との言葉が印象的でした。この企業の取り組みを知って欲しい、多くの人に記事を読んでいただきたいと思いました。</p> <p>運営委員会の事例発表では、企業支援部門と就労支援事業所との連携について2事例発表しました。資料作成にあたり、企業支援部門がどのような支援をしているのかを振り返る良い機会となりました。また、事例を振り返ることにより、今後の他機関や事業所、医療との連携に可能性を見出すこともできました。複数の企業や事業所とやりとりをしながら、まとめていくのは簡単ではありませんでしたが、発表を終え、参加者よりご質問をいただいた時、関心を持ってもらえたのだと大変うれしく思いました。</p> <p>この経験を通して、就労支援相談員の企業支援業務において、企業の個別相談対応だけでなく、啓発活動・広報活動の重要性をあらためて認識しました。一般的にはまだまだ知られていないことも多く、たくさんの方にまず知っていただくこと、また、障がい者雇用でお悩みの方々に何かしらのヒントを提示することが重要だと思いました。</p> <p>今後、就労支援相談員の職域はもっと広がっていくのではないかと感じています。企業のあらゆるご相談に対応できるよう、また広く啓発活動・広報活動ができるよう、自己研鑽を続けていかなければならないと思いました。</p>			

職員活動報告

タイトル 「 職場体験実習 」	コーディネーターO	Vol.224	令和4年度 8月
<p>センターでは求人内容を職員間で共有し、必要な利用者に情報を提供しています。職員が業務内容を詳しく知り、利用者が取り組める業務内容の切り出しを行うため、企業に出向き業務を実際に体験させてもらうことがあります。</p> <p>今回はホテルの客室清掃業務を体験しました。最初にホテルの現場責任者に手本を見せてもらい、その後1人で客室清掃を行いました。目安は40分とのことでしたが、ベテラン社員の中には25分で終わらせる方もいるそうです。</p> <p>作業は、ベッドのシーツと枕カバーの交換、浴室清掃、洗面台清掃、トイレ清掃、室内・浴室の掃除機かけを順に行いました。</p> <p>特に体力的な負担が大きかったのは枕カバーとシーツ交換でした。枕カバーを外す際は左手に枕カバーを掴み右手で枕を掴んで引っ張り出すのですが、枕カバーは枕とほぼ同じサイズであるため、両手でカバーの端を握り力を入れて引っ張らないとカバーを取り外すことができません。また、洗濯済みの枕カバーを枕に取り付ける際は、胸に枕の先端部を当て枕カバー両端を手で掴み入れ込んでいきますので、取り外す時以上に力が要りました。</p> <p>続いてシーツ交換では、ベッドの周辺スペースが狭い中、体全体を使いシーツを広げることが難しく、何度もやり直しました。その後、小刻みにベッド台を持ち上げたり、押し下ったり引いたりする動作を繰り返しながらシーツの端をマットとベッド台の間に挟み込んでいきました。</p> <p>その他の作業では、宿泊客の気持ちになり、気持ち良く過ごしてもらうにはどのように清掃していけば良いかと考えながら作業に取り組みました。見た目が綺麗なことは勿論、髪の毛や水滴が一切残らないように細心の注意を払いました。</p> <p>その結果、作業を終えるまで1時間余りかかり、その上に出来栄も今一つ。客室の掃除だからと安易に考えていましたが、お給料を頂く清掃業となると簡単でないことが分かりました。</p> <p>今回の体験でこの仕事には立位姿勢で長時間行う体力、同じ作業を繰り返せる集中力が必要で、作業手順を習得するまでは、一定の時間がかかることも実感しました。また、客室清掃の業務内容を詳しく知ることができ、この業務で就職を目指す方へホテルの清掃業務についてより詳細な情報を伝えることができると思います。</p> <p>今後もこのような取り組みを継続することで様々な業務の詳細を知り、利用者に求人情報を提供する際に役立てていきたいと考えています。</p>			

職員活動報告

タイトル 「 ストレス対処力について 」	ジョブコーチK	Vol.223	令和4年度 7月
<p>先日、なかなか収束しないコロナ感染、ロシアによるウクライナ侵攻といった気持ちが晴れない日常が続いていて、じわじわとかかるストレスにメンタル不調を訴える方が増えているという報道を見ました。私自身、常に感染防止を意識しなければならない生活において、心晴れない感覚につきまとわれている感じは否めません。その報道番組の中で、ストレス対処力としてSOC (sense of coherence) [センス・オブ・コヒーレンス]という言葉を知りました。就労支援に直接関係がある話ではないですが、メンタルヘルスはとても重要なことなので、この場を借りて紹介したいと思います。</p> <p>SOC (sense of coherence) [センス・オブ・コヒーレンス]とは、健康を増進し、ストレス対処に効果を発揮するために人が抱く「感覚」のことだそうです。「sense」が「感覚」で「coherence」は「一貫性」です。SOC (sense of coherence) は「首尾一貫感覚」と訳されることが多いようです。SOC (sense of coherence) = 「首尾一貫感覚」とは、自分の人生に対して「納得できている」「腑に落ちている」という「充実した感覚」のことです。それは「空虚感」「悲しみ」とは対極にあるものです。</p> <p>1970年代 医療社会学者のアロン・アントノフスキーがナチスの強制収容所を生き延びた女性の30%がPTSD等に苦しめられず、穏やかな人生を送れていることに注目し、何が人を健康にするのかという「健康生成論」を構築し、SOCの考え方にいきつきました。</p> <p>SOC (sense of coherence) は、「把握可能感」「処理可能感」「有意味感」の3つで構成されます。「把握可能感」＝「わかる感」、「処理可能感」＝「できる感」、「有意味感」＝「やるぞ感」と表現できます。</p> <p>この感覚をコロナ下における生活で具体的に置き換えて考えてみます。毎日のニュース等の情報で感染者数を把握でき、現状を理解するための情報を得る手段があることが「わかる感」。感染防止のために手洗い、消毒、予防接種という手段を活用し、もし感染したとしてもその後の対処方法がわかっていることは「できる感」。その対処方法を取ることで、ウィルスに怯えず日常生活を送れると思えることが「やるぞ感」。となるのではないのでしょうか。</p> <p>センターに登録されている方の中には「予期不安」（何らかのよくない出来事が起きること、あるいは自分がその物事をする事などを想像して、不安感を覚える症状）を強く抱かれる方がいらっしゃいます。SOCの考え方を知ったことで、ただ大丈夫と伝えるだけではなく、ご本人が想定している場面に合わせて、「わかる感」「できる感」「やるぞ感」を一緒に整理していき、不安の軽減ができるようになればと思います。</p>			

職員活動報告

タイトル 「働きがいを見つけるまで」	ジョブコーチ I	Vol. 222	令和4年度 6月
<p>福岡市内には、現在約 300 か所の就労移行支援事業所、就労継続 A 型 B 型事業所があり、私は、事業所向け研修会や事業所の要望、不安を聞き取り一緒に考える等のサポートに関わっています。</p> <p>最も多い相談は、移行支援事業所からの「利用者の体験実習先が見つからない」「事業所以外からの提案や評価がほしい」「体験を通し今後の方向性を見極めたい」など体験実習に関するものです。そこで相談を受けた後、就職を目指す方の情報や事業所の意向などを伺い実習先の選定、職場でのアセスメントの内容を一緒に考え支援プランを作成します。職場の見学や面接、実習にも同行しますが、支援方法は一人ひとりに合った形に調整していきます。</p> <p>A さんは、転職を繰り返し、「働くことはストレス」と感じているようでした。実習に前向きでなかった A さんの不安に就労移行支援事業所の支援員（※以下支援員）が寄り添い、センターはタイミングをみながら事業所と企業の橋渡しを行いました。実習初日、初めての環境に不安そうな表情が印象的でしたが、職場から指示されたことは守ることができていました。ただ、指示がないことや説明と違った結果になるとキョロキョロと周りを見渡し、困っていることに気付いてほしいようでした。そこで困った時の伝え方やタイミングを様々な場面で繰り返し支援することにしました。実習が終わる頃には、不安も幾分少なくなり、「次は雇用前の実習がしたい」との要望がありました。実習期間は、ご本人と支援員にとってできることや就職に必要なスキルを見つけていく機会でもあったようです。支援員から、「職場でのアセスメントの考え方や視点を少し変えることで、A さんの見えなかった課題や強みを見つけることができた」との感想がありました。</p> <p>A さんは事業所に戻り課題に取り組んだ後、本人の得意なことを活かせる職場との出会いに繋がりました。「やっと働きがいを見つけた」と自分の仕事に誇りをもって取り組み今のところ働くことのストレスはないようです。</p> <p>最後にストレスに有効とされる改善方法をお伝えします。</p> <p>S (Sports)・・・体を動かすことで、脳と体の疲れのアンバランスを改善。</p> <p>T (Travel)・・・さまざまな制約を受けた生活から離れることで日常的ストレスを解消。</p> <p>R (Recreation) レクリエーション参加で新たな自分、夢、友人を発見できるチャンス。</p> <p>E (Eat)・・・脳のストレスは多くの栄養素を消費するので特にビタミン、Ca 補給。</p> <p>S (Sleep)・・・体組織の修復、再生、代謝を行う働きがあり、病気、怪我のリスク軽減。</p> <p>S (Smile)・・・笑うと免疫力が高くなり、他にも笑いのプラス効果は色々。</p> <p>いかがでしょうか？今の自分と向き合い、ストレス予防のきっかけになれば幸いです。</p>			

職員活動報告

タイトル 「再開を待って」	ジョブコーチ M	Vol.221	令和4年度 5月
<p>Aさんは、ホテルのレストランのバックヤードで、洗浄後の食器収納や、ホール担当者がすぐに持ち出せるようお盆にナイフやフォーク、ナフキン、コーヒーカップなどをセットしたり、ランチタイム後の食器の選別を担当しています。</p> <p>2019年春に同じ会社の宴会部門の厨房から、今のレストランに異動して1年が経った頃のことです。2020年4月、1回目の緊急事態宣言が出てほどなく、会社から「宣言が出たので、レストランの営業をどうするか検討します。Aさんは2週間休んでもらう事になった。その先のことはこれからです。」と、知らせがありました。</p> <p>その後、レストランが一時休業や短時間営業、人数制限など感染対策に取り組みされるのに合わせ、Aさんを含め従業員全体の自宅待機や勤務時間の調整が行われました。</p> <p>一昨年の契約更新の面談は丁度自宅待機中に職場で行いました。Aさんは生活リズムが乱れ夜間眠れず昼寝をしたり、間食が増えて体重が増加したと悩んでおり、早く感染状況が良くなってレストランが通常営業されることを願うばかりでした。しかし、これまでの2年間で、3度の自宅待機と短時間での勤務再開を繰り返すことになり、2021年1月からは一番長い半年間の自宅待機が続きました。</p> <p>自宅待機が始まってすぐに、Aさんとセンターで面談をしました。ひとつは職場から今後頑張してほしいと聞いていた「午後になると集中力が低下している」「ロッカー内の整理整頓」について、今取り組めることを考えるため。もうひとつはAさんから「仕事に行けないので日中何をしたらいいのかわからない」という悩みについて話し合うことでした。楽しみに通っていた料理教室も減ってしまい、部屋でゲームをして過ごすことが多くなり、体力の低下も心配だったのでいろんな方法を考えました。部屋の掃除、家事手伝い、室内で出来るストレッチ、散歩。次の面談でその後の様子を聞くと、どれも今一つ習慣にはできなかったそうです。その中で、買い物を頼まれたり、料理教室の日には外出するので、歩くことは無理をせず続けられそうでした。何歩歩いたかスマホで見ることもできるので、それを日記のように記録しますと言われました。歩数の他に、今日何をしたかも記録をして面談の度に私たちに話してくれました。何気ないことですが、人に言われて始めたのではなく、好奇心をきっかけに段々歩数が増えていく楽しみがあったので、長く続けられたのだと思います。仕事が再開された時の生活リズムが大きく変わらないか、体力がおちて疲れなかと心配していましたが、「体力がついてきた気がします、夜もよく眠れます。」と、うれしい報告も聞けるようになりました。</p> <p>半年の自宅待機を乗り越え、昨年7月から勤務再開となりました。以前と同じ時間の勤務にはあと少しかかりそうですが、今でも毎日歩いた数はチェックしているそうです。</p>			

職員活動報告

タイトル 「 支援機関へのサポート 」	ジョブコーチY	Vol.220	令和4年度 4月
<p>当センターが行っている支援の3本柱（個人へ・企業へ・就労移行支援事業所等支援機関へ）の中で、私は企業と就労移行支援事業所へのサポートを担当しています。</p> <p>企業に対しては、訪問や電話による新規雇用及び在職者の相談等を受けて対応します。支援機関へは、企業情報の提供や見学・実習のアシストを行います。また、それぞれに向けた研修会を年間通して実施しています。</p> <p>今回は、就労移行支援事業所へのサポートの例を紹介します。</p> <p>ある移行支援事業所から利用4年目（コロナ禍の暫定措置等）のAさんに対して、何か合う仕事はないだろうか？との相談を受けました。</p> <p>訪問し、担当の支援員の方からAさんの状況をうかがい、その後ご本人にもお会いしました。とても口数が少ない方でしたが、コツコツと同じ作業を続ける事が得意、通勤は近い方がいいと話をされました。支援者からの情報とご本人から聞いた得手不得手を勘案し、雇用の可能性がある食品会社を想定、まずは工場の見学から提案をしました。</p> <p>見学はAさん、支援員の方、私の3名で行いました。後日Aさんは応募を希望されましたが、会社からは難しいとの返答でした。実は見学時の態度（説明中に自分のゴム手袋をずっと触る・よそ見）がケガや事故に繋がる危険があるとの理由でした。</p> <p>この経験を元に希望職種、職場環境や通勤可能地域を再検討してもらいました。</p> <p>その後洗車業務を見たいと希望があり、中古車センターの洗車（スピードよりも丁寧さが必要）を見てもらう事にしました。この時も3名で見学に行き、実際の業務を見てもらいました。今回は目をそらすことなくしっかりと見る事ができ、“汚れを取りきれいにする”この仕事は自分も出来るかもしれないと感想も聞けました。</p> <p>この見学を機に清掃が希望職種のひとつに入り幅が広がりました。丁度その頃、ある企業から社員寮で清掃員を採用したいという相談があり、Aさんが浮かびました。今まで関わりのない企業でしたので、まずは支援者のみでの見学が良いだろうと、2名でうかがったのですが、初めて仕事をするご本人には荷が重いのでは？（清掃箇所が多岐に渡る・自己判断でのスケジュール変更が求められる）との話になりました。内容を聞いてご本人も難しいと思われた様です。</p> <p>その後も支援員の方とやり取りをして、提案できる企業情報を探していたところ、ついに就職が決まったとの連絡が入りました。食品会社で軽作業と清掃を組み合わせた業務に就かれるそうです。</p> <p>私共からの情報は実を結びませんでした。数社見学を経る中で、希望や適性の整理、Aさんの意欲を掻き立てる一助にはなったのではないかと思います。また、支援員の方と喜びを共有できた事も非常に嬉しく思いました。</p> <p>現在、別の就労移行支援事業所から依頼があったケースに取り組んでいるところです。</p>			