



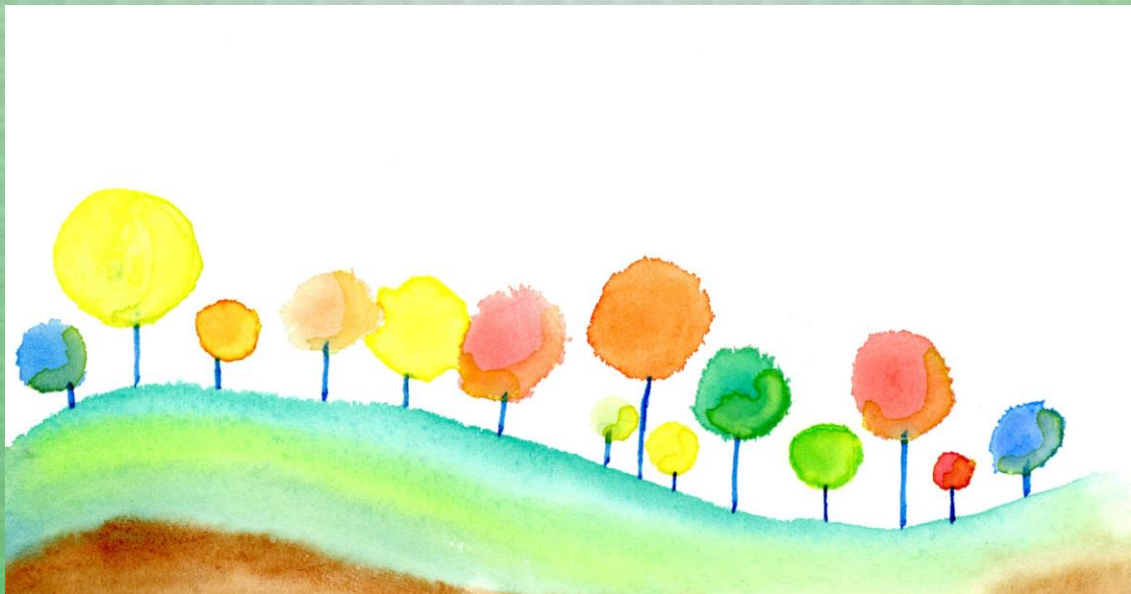
Working Information Magazine

For Mentally disturbed person and
Developmental person with disabilities

働く精神障害者／発達障害者 当事者からの就労情報発信誌

こもれび KOMOREBI

No.21



komorebi_no_kai@yahoo.co.jp 「雇もれび」で検索

http://blogs.yahoo.co.jp/komorebi_no_kai

目次 — Index —

表紙

目次

1. 平成27年度活動のお知らせ	3
2. 金曜たまりばカフェ	4
3. ナリワイショップサークル	5
4. ガリレオ会見学	7
5. 「平成27年3月14日語る会」	8
6. 編集後記/お知らせ	12

テーマ — Theme —

働く障がい者を勇気づける

仕事探しをする病気仲間を勇気づけるため、また社会へのメッセージをこめて、当事者の生の声を集めてみようと思い立ち、2010年5月にフリーマガジンを発行しはじめてから、今回の第21号で5年目になります。年4回ペースでマガジン発行、最初は白黒で100部スタートしました。一昨年度13号からはインターネットでも公開中です。

いま、病気をもち、クスリをのみながら働く精神障がい者は増えています。そんな働く人たちを支えていく仲間や仕組みも整いつつあります。

でも精神の病気があると、仕事探しを諦めてしまう人、雇用するのをためらう人が多いのも事実です。活動目的は働く精神障がい者を勇気づけ、また雇用する健常者側を後押しすること、こうした気持ちを込めて、情報発信を継続したいと思います。

編集者紹介)

長井 淳 (ながい あつし) : 昭和52年12月10日生 37歳。名城大学農学部卒業後、環境保全の仕事を目指し、建設コンサルタントに入社。入社後、深夜残業、休日出勤が続く日々の中で、20代後半にうつ病を発病。以来10年に渡り、うつ病闘病の生活を続けている。平成23年、会社という組織から離れ、個人事業主として独立。WEBデザイナー、ライターとして活動を始める。自身のうつ病闘病経験を活かし、屋号を Working Pleasure (働く喜び) とし、うつ病など精神障がい闘病している方が社会復帰できるシステムづくりを目指し、日々奮闘中。

榊原 あざみ : 非常勤公務員を退職して、塾講師をしながら「雇もれびの会」の社会活動に励んでいる。服薬通院中。41歳。

雇もれびの会 平成27年度活動

1. モリコロ基金

- 1) 語る会（第二土曜日午後、2時～4時、名古屋東生涯学習センター）
- 2) なりわいサークル（平日夕方、18～20時、名古屋駅西サロン）
※低空飛行ネットとのコラボ企画です。
- 3) 金曜たまりばカフェ（金曜日午後、1時30分～5時、名古屋駅西サロン）
※オレンジの会の梅田さんを囲む企画です。

2. あいちコープ基金

なごや休日コンシェルジュ企画（Qコン）。引きこもり外出支援です。
当事者参加費、400円。（注：障害手帳をお持ちの方は、100円でご参加いただけます）
様々な場所で外出を楽しめます。

3. 恒友・助け合い基金

語る会、なりわいサークル、金曜たまりばカフェ、Qコンの参加費補助。

4. gooddo（寄付サイト）

“gooddo” ネット寄付サイトへの参加をいたします。
<http://gooddo.jp/gd/group/komorebinokai/>



“gooddo” とは？

gooddo は自分の応援したい社会貢献団体を、誰でも、今すぐ、簡単に無料で支援することができるソーシャルグッド※プラットフォームです。現在 100 団体以上の社会貢献団体が登録しています。私たちは「何か社会に良いことをしたい」と思う気持ちは、すべての人が持っていると考えています。しかし、具体的なアクションがみつきづらく、また選択肢も限れていると考えています。私たちは、その気持ちをアクションに繋げる様々な選択肢を用意し、社会貢献を身近な存在にすることを 目指しています。

※ソーシャルグッド

社会貢献に類する活動を支援・促進するソーシャルサービスの総称、または、そうしたサービスを通じて社会貢献活動を促進する取り組みのこと。ソーシャルグッドの「グッド」(good)には「善」や「徳」、「良い行い」といった意味合いがある。

(gooddo ホームページより)

上記活動のお問い合わせ、ご連絡は・・・

✉ komorebi_no_kai@yahoo.co.jp



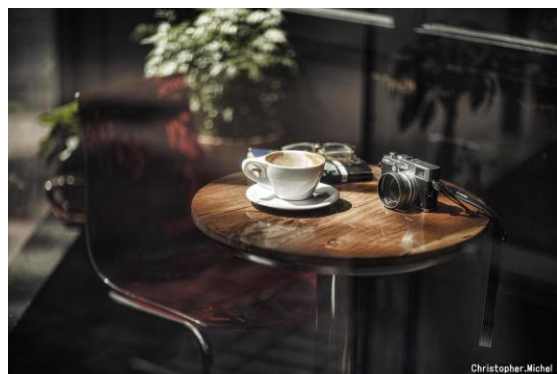
金曜たまりばカフェ

開催予定

毎週金曜日 午後1時30分から5時まで

名古屋駅西のサロンにて

<http://ameblo.jp/3soro758/>



[フリースペース]

毎週金曜日 13:30～17:00

どなたでも歓迎です。申込み不要。
参加費200円

[よろず相談]

就労・自立やボランティア活動などの社会参加。

さまざまな団体による支援や福祉制度の情報から、家族関係の問題や心の病についてなどあらゆる相談に名古屋オレンジの会梅田が出来る限りお応えします。

別途申込みば個室での個人面談も可能です。(要予約)

500円(参加費込み)

[イベント]

若者支援事業団によるイベントも開催。

イベントやセミナーの開催企画大歓迎。

金曜たまりばカフェについてのお問い合わせは・・・

梅田浩志(うめだひろし)

Tel:070-5083-2247

Mail: umeda164@willcom.com

または雇もれびの会まで

Mail: komorebi_no_kai@yahoo.co.jp



ナリワイワークショップサークル（仮）

雇われびの会と低空飛行が一年間コラボすることになりました。

※以下、名古屋で活動するメンタル系自助グループ低空飛行 net（元・フジヤマ会）のブログからの転載です。

4月23日（木）からナリワイワークショップサークル（仮）という会を始めます。
当事者が月替わりで講師になり、自分の得意な事でワークショップを開きます。

4月のナリワイワークショップサークル（仮）
なりわいサークルの会は15時から開けています。
低空飛行の3日後、木曜にナリワイワークショップサークル（仮）の第1回があります。
内容に興味を持たれた方、時間に余裕のある方はお気軽にご参加ください。

内容：メンタルの病気を題材にした映画の感想会

日時：4月23日（木） 18：00 - 21：00 くらい

場所：名古屋駅西サロン

参加費：300円

その他：誰でも参加可、飲食物の持ち込み可

病気を題材にした作品は色々な名作があるようですが、長時間すぎないよう尺を考えてパニック症候群を扱った この作品 を取り上げる事になりそうです。
初回は準備も説明も足りないまま講師をお願いする事になってしまいましたが、色々と考えてもらえたようで楽しみです。

ナリワイワークショップサークル（仮）は毎月1回、当事者を講師として企画内容だけでなく開催時間や参加費、ワークショップの公開範囲（誰でも参加可、当事者限定、友達の友達までなど）も講師に設定してもらおう形式でやっていく予定です。毎月企画や意見を出しあいながら、このサークル活動そのものもブラッシュアップしていけたらと思います。

講師をできるような得意な事なんて思い浮かばない……という人も、サークルに参加して他の人に意見を出すうちに何かできそうな事が形を持つようになるかもしれません。世の中には 友人からのお金の借り方を講座にしてしまう人もいますし、欠点にしか思えない事も、磨き上げていけば一芸として役立てられるかもしれません。（一応、ナリワイ に結びつくかどうかという縛りも意識しつつやっていきましょう）

こういった活動も就労支援とは違った形での、社会活動に繋がる支援だと考えています。



4月23日、ナリワイワークショップサークル（仮）の映画会が開催されました。

ロバート・デニーロさんの映画で描かれる「パニック障害」を見るというテーマでした。

ナリワイワークショップサークル（仮）4月

感想寄せ書き

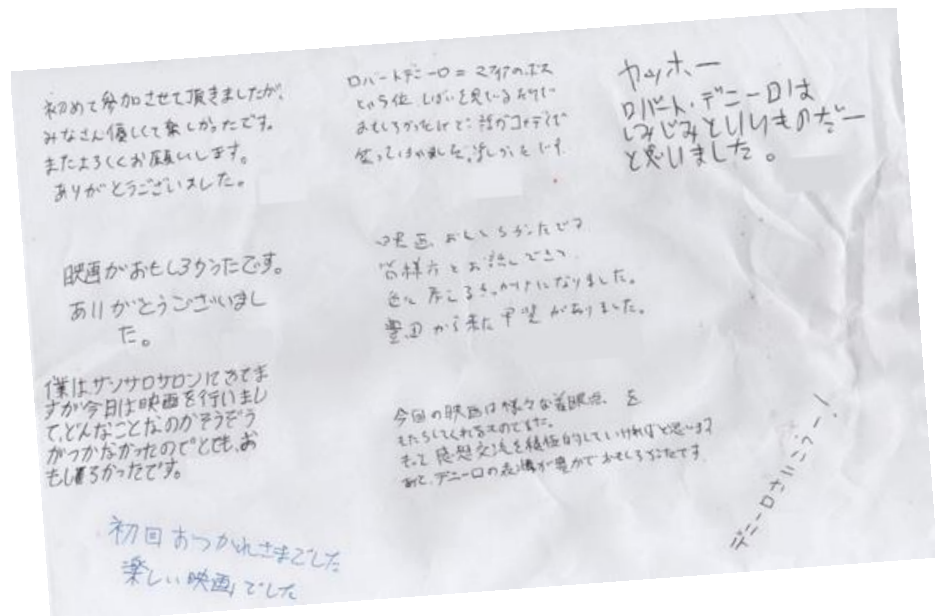
低空飛行 net さんと雇もれびの会はコラボを続けて、ナリワイワークショップサークル（仮）は毎月定期開催予定です。

ぜひ詳細は、雇もれびブログ (http://blogs.yahoo.co.jp/komorebi_no_kai)

または、低空飛行 net ブログ (<http://lowflight.ldblog.jp/>) でご確認ください。

お近くの方はご参加大歓迎です。

- ・初めて参加させて頂きましたが、みなさん優しくて楽しかったです。またよろしくお願ひします。ありがとうございました。
- ・映画がおもしろかったです。ありがとうございました。
- ・今日は映画を行いまして、どんなことなのかそうぞうがつかつかなかつたのでとても、おもしろかったです。
- ・ロバート・デニーロ＝マフィアのボスという位、芝居を見ているだけでもおもしろかったで、話がコメディで笑ってしまいました。楽しかったです。
- ・映画おもしろかったです。皆様方とお話しできて色々考えるきっかけになりました。豊田から来た甲斐がありました。
- ・今回の映画は様々な着眼点をもたらししてくれるものでした。もっと感想交流を積極的にしていければと思います。あと、デニーロの表情が豊かでおもしろかったです。
- ・ヤッホー ロバート・デニーロはしみじみといいものだーと思いました。
- ・デニーロさいこうー！
- ・初回おつかれさまでした。楽しい映画でした。



ガリレオ会に見学に行ってきました

ガリレオ塾 名古屋市西区の塾。学習障害児ぎりぎりでも、福祉には頼りたくない方へ。見学させてもらいました。すごく熱心な先生と、きれいな教室で、考えられたシステムでした。これからもっと大きな活動になっていくことを応援したいです。

障害児個別指導塾 がりれお会

〒451-0042

愛知県名古屋市西区那古野

1丁目15-18

那古野ビル南館213号室

まずは 70分間
通常授業と同じ


無料体験授業

(予約制)

がりれお会では5～18歳の障害のある方(下肢障害/発達障害など)だけでなく、診断をまだ受けていない方、障害ではないが学習に不安のある方も対象にしております。

保護者が勉強を教え続けるのには限界があります。必死になって勉強を教えることによって親子の信頼関係が崩れてしまうこともあるのです。それは絶対に避けなければいけません。私どもにはできない、保護者の方々にしかできない働きかけのためにも「塾に通わせる」ことをご一考ください。その子が勉強するに不便ない環境(1・2・4名の少人数を個室にて指導/バリアフリー・エレベーター)、働きかけ、年齢別に区分しない学力、忍耐強く待つ指導者などを提供することにより、学力は伸ばすことができます。彼ら自身にプライドを持たせ、学歴をつけ、社会に巣立たせることも可能なのです。(当方は学習塾です。学力を伸ばすことが療育につながるかと考えておりますが、診断などは致しません。ご了承ください。/個別相談随時承ります。)

生まれた時の目の輝きを失わず、
成長し、社会で生きていく。
そのお手伝いを
是非私どもにさせてください。

 営業時間 月～土曜日 13:00～21:30
0120-933-421
TEL(052)485-4011 FAX(052)485-4022
MAIL: galileokai@ninus.ocn.ne.jp http://galileokai.hiyoko.biz
〒451-0042 愛知県名古屋市西区那古野1丁目15-18
那古野ビル南館213号室
市営地下鉄桜通線 国際センター駅より 徒歩5分
*営業時間内でも不在の場合がございます。来訪の際はご連絡ください。

障害児個別指導塾
がりれお会

TEL : 052-485-4011 FAX : 058-485-4022 Mail : galileokai@ninus.ocn.ne.jp



「平成27年3月14日語る会」

議事録 平成27年3月14日語る会@風花ラスト

参加者

S、T、K、M、O、G、U、B、A、N、C

参加者自己紹介

S：去年3月で離職。雇われびの会を主宰。ソーシャルワーカーを目指して学生になる予定。

T：病気療養中。

K：正社員登用試験を受けようとしたが、受けられなかった。

M：15年間闘病服薬中。現在、2年間働いている。

O：靴屋さんで働いている。

G：雇われびで居場所を見つけたと思った。

U：銀行勤務、25年服薬中。

B：アスペルガー、対人緊張、社会不安障害、人との会話に慣れたい、メーカー勤務。

A：外資系エアライン勤務だったが2月末に退職。就活中。統合失調症だが、次は障害をクローズ（非開示）にしたい。

N：ぼらみみを見た。ボランティアとして参加する。

近況

G：障害者手帳を取得して職場で見せたが、反応がない。保健所にも相談して、風車の会という自助会を紹介された。コンタクトを取って4月から土曜日に参加する予定。4月11日だ。転職を視野に入れてハローワークに障害者求人登録した。クビになるかもしれないので不安だ。

T：発達障害系の診断はドクターによって違う。

B：自分も障害者職業センターのカウンセラーに自分のことをしゃべりすぎ、話を聞かない、聞く気がある？と注意された。最近は、気をつけて聞くことができるようになってきた。

G：聞くことは自信がない。自分もしゃべりすぎで、意味が分からない、と注意される。わかりやすく言い直すようにしている。

T：しゃべりすぎは発達障害と関係がある。

ASD（アスペルガー自閉症スペクトラム）がある人はSAD（社会不安障害）を二次障害に持ちやすい。

ASDは脳の障害とされるが、はっきりとした診断根拠はまだない。ただし、コミュニケーション能力が上がるとされる薬が開発されている。将来処方されるかもしれない。今は、治験段階だ。

T：働いている時のシフトがひどい時があった。闘っても意味がない。

G：働いていても「おまえは頭が悪いから」と言われる。社長に障害をオープンにしたとき、健常者と同じ扱いにするとされた。伝わっていない。もっと「優しく」してもらいたい。言っていることがよく理解できない。自分の考えで仕事を進めたいが認めてもらえない。「早くやれ」しか指示がなくて困っている。



○：給料が上がった。900円から時給950円になった。次は1000円を目指したい。仕事はやることなく暇な時もある。ノルマがないので助かっている。台車などを使って荷物を運ぶ仕事もする。「仕事が出来そう」と思われて逆に仕事が出来ないことが理解してもらえない。「アレやって」じゃ分からない。見本を見せてくださいとジョブコーチに言ってもらえた。ジョブコーチが良い人で大変お世話になった。障害者職業センターのジョブコーチだが、レベルが高い。最初の1年だけだ。長く働きたい。不満はない。5年働けば、正社員になる道もある。症状は特にない。軽い発達障害だ。「アレやって」が一番困る。どこにあるかも分からない。「見れば分かるだろう」と言われるが曖昧な指示が苦手だ。

G：私も曖昧な指示で間違えてよく無駄な仕事をしてしまう。

A：求人雑誌を見てハローワークに行っている。家族が協力してくれる。ホテルの仕事を希望している。2社面接が終わって、結果待ちだ。販売業は門前払いだった。英語もできる。クローズで求職する。パワハラが怖い。断られた職場に理由を聞くと「経歴が立派すぎる」と言われた。困る。

○：自分もホテル勤務だったが、楽しかった。

B：自分は泊まり込みホテル勤務だったが3週間で退職した。38回転職している。

T：転職が多いのは発達障害ではよく聞く話だ。

U：仕事の上司がよくて積み残しの仕事が捌けて楽になった。幻聴、幻臭がひどい。薬を飲んでいるが、ダルくなるので夜にまとめて飲んでいる。睡眠もできる。正直言うと今の仕事は辞めたい。薬を減らすと頭がカリカリする。フルタイム、オープン、ボーナスを含めると時給1000円ほどだ。年金ももらっているので十分だが、年金は切れそうだ。

T：病気とのつきあいは難しい。昔は年収500万円を超えたが、今は無理だ。メーカー勤務出クレーン免許も持っているが、40代半ばだと、体力的に厳しい。ソーシャルワーカー職に就きたい。

B：自分は41歳からメーカー勤務を始めた。遅すぎることはない。

■ ナリワイワークショップサークル（仮）という企画で、それぞれの特技を披露していこうと思う。それぞれの特技を教えて欲しい。

- ・障害者ケアの認定心理学を教えたい。
- ・消防団で救命法を教えている。
- ・NHKの初歩英語を10年聞いている。
- ・卓球と切り絵が趣味だ。デザインナイフを使う。
- ・写真を撮ってPCで加工しているが、教えるのは苦手だ。
- ・英会話を教えたい。歎異抄を教えたい。
- ・鉄道が趣味で、JRの91%に乗っている。国内旅行取扱主任の資格もある。
- ・演劇のシナリオ作りを教えたい。キャビンアテンダントの裏話もできる。
- ・コーヒーをおいしく煎れる方法を教える。焙煎が趣味だ。
- ・科学や石鹸など生活用品に詳しい。



■ナリワイワークショップサークル（仮）や語る会で取り上げたいテーマはあるか？
障害者手帳を取得すべきか？
手帳を取得するとどうなるか？
オープンでいくかクローズでいくか？

B：自分はオープンで働いている。配慮はあるのはうれしいが、成長がないようで寂しい。正社員にはなれないし、ボーナスもない。3ヶ月ごとの更新だ。昇給もない。孤立している。気楽だが、普段は誰も話しかけてくれない。

まとめ

- 今まで言えなかったことが言えて良かった。
- 個人名は出さないで欲しい。
- 職があるので続けたい。
- 仕事を続けたい。
- 仕事をやっていても出口が開けていない。ハローワークに登録したのも良かったと思う。似たような自助会の風車の会に出してみる。
- 雇われびの会が解決策になるのを期待している。
- 前を見つめるようにしたい。
- 初めて参加したが、仕事の悩みが多かった。



自分の話が
できて良かった。
意見交換ができて、
満足しています。
何か興味を
増やしたいです。
ありがとうございます。
今回働くことなどで、
少し難しい話でした。
2015.3.14(土)
語る会
仕事を続けたい。
みなさん様々な知識を持って
会話をうまく感じました。
皆さんに会えて良かったです！
風花さん名残惜しいです...
良い体験を
させて頂き
ありがとうございました。
余念、楽しかったです。



「雇もれびの会」について

(参加当事者募集)

自助会のなかでも精神障がいに関する自助会は愛知にもいくつかあります。

雇もれびの会は、就労支援を重視している団体です。精神障がい自助会とは、小さくて、新しい団体です。雇もれびの会に来ている人の特徴は、働きたい人、働いている人がほとんどです。また、雇もれびの会の「働きたい」という趣旨に賛同してリピーターが多いのが特徴です。

一度限りの方もいますが、半年、1年経ってから、再参加する方もいます。

(ボランティア募集)

就労を目指す精神障がい者・発達障がい者の支援を行える方を募集しています。特別にカウンセラー的なことはしません。付き添いや傾聴のお手伝いをお願いします。

【交通手段】公共交通機関のみ

【最寄り駅】東山線「新栄町」または、桜通線「高岳」



【編集後記】

平成26年度のうち6ヶ月間
雇もれびの会に助成いただいた東海ろうきん様からうれしいメールが、届きました。
抜き出してご紹介します。

(前略)

今後も、店頭窓口にマガジンを備え置くことや本店のお客様（労働組合）に対して配布すること等を通じて、今回のつながりを大切にしていきたいと思っておりますので、引き続き宜しくお願い致します

うれしくて本店に行ったついでに
こもれびマガジンが配架されてる様子を
写真におさめました。

新栄町の東海ろうきんで
こもれびマガジンが手に入りますので
お近くの方は、東海ろうきん本店へ、
足をお運びください。



【お知らせ】

雇もれびの会の活動に参加してみませんか？

雇もれびの会では今年度も様々な活動を展開
していきます。

これまで参加を迷ってこられた方も、新しく雇も
れびの会を知られた方も、もう一度参加してみ
ようという方も、歓迎いたします。

楽しいことは分かち合い、辛いことは共有しながら、
働くことへの第一歩、新しい自分への第一歩を踏み
出しませんか？

雇もれびの会 平成27年度活動計画

- なりのわいサークル**
平日18時～20時
※低空飛行とのコラボ企画
- 語る会**
毎月第2土曜日
14時～16時
名古屋市東区
生涯学習センター
- gooddo**
ネット寄付サイト
への参加
- 金曜たまりばカフェ**
金曜日13時半～17時
※オレンジの会の
梅田さんとの協働
- 名古屋休日
コンシェルジュ (Qコン)**
引きこもり外出支援
当事者参加費：400円
(※補助によって
100円で参加できます)
様々な場所で外出を
楽しめます。
- 平成27年度活動**
 - 【モリコロ基金】
語る会・なりのわいサークル
金曜たまりばカフェ
 - 【あいちコープ基金】
名古屋休日コンシェルジュ企画
 - 【恒友助け合い基金】
上記企画への参加費補助**一連絡先**
komorebi_no_kai@yahoo.co.jp
Yahoo ブログやっています。
「雇もれび」で検索願います。

