

皆さんは「いしかわ支え合い駐車場制度」というものをご存知ですか？商業施設や市役所などで、見た事がある方もいらっしゃると思います。でも実際に誰が利用できるかわからないという方もいらっしゃるのではないのでしょうか。この機会に是非知っていただけたらと思います。

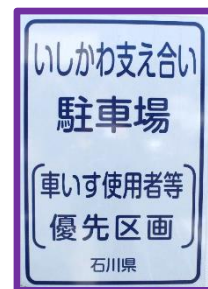
「いしかわ支え合い駐車場制度」とは、障がいのある方や高齢者等で歩行が困難な方に対し、共通の利用証を交付する制度です。日常的に多くの方が利用される施設の障がい者等用駐車場の適正利用を図るため、石川県では平成27年11月より開始しました。対象となる方は、障がい者、高齢者、難病患者、妊産婦、けが人等の歩行が困難な方で、県が定めた要件を満たす方となっています。利用証の交付は各市町の窓口で申請することができます。

利用証を車のルームミラーにかけて、車外から見えるように掲示してください。「いしかわ支え合い駐車場」の案内表示がされている駐車場に駐車するときは、車いすを使用している方向けの幅広の区画と、車いすを使用していない方向けの通常幅の区画の2種類の駐車場があります。

利用対象ではない方が駐車してしまうと、利用できる方が止められなくなってしまうので、対象でない方は指定のマークがある駐車場には止めないようにしてください。

詳しく知りたい方は下記までお問い合わせください。

- 加賀市役所
  - ふれあい福祉課（障がい者等）  
0761-72-7852
  - 長寿課（高齢者）  
0761-72-7853
  - 健康課（妊産婦）  
0761-72-7866



車いす使用者の優先区画のマークです。



車いす使用者以外の方が利用できる区画のマークです。

—発行にあたって—

「アーモンド」は、障がいのある方が住みやすい地域になるための体制を整備する事業の一つとして、地域住民に向けて発行する機関紙です。

障がいとは何か、障がいのある方の生活や、必要とする支援とはどのようなものかをお伝えすることで、障がいに対する理解を広めることを目的としています。より多くの地域住民の方々に障がいについて知っていただくことで、障がいや病気の有無にかかわらず、皆さんが生活しやすい地域になればと考えています。

発行元： 社会福祉法人朋友会 地域活動支援センターかが  
(石川県加賀市百々町81番地1)  
地域活動支援センター機能強化事業

発行日： 令和2年9月

問い合わせ先： 地域活動支援センターかが (担当：山田)  
TEL 0761-72-7779  
FAX 0761-72-7030

気になったことや感想があれば、  
問い合わせ先まで  
気軽にご連絡下さい♪

アーモンドでは、加賀こころの病院の先生方に協力を得ながら、毎号「こころの病気について」一つ一つの疾病ごとに紹介していきます。

こころの病気は、本人が苦しんでいても、周囲からはわかりにくいという特徴があります。そのため、気づかぬうちに無理なことをさせたり、傷つけたり、症状を悪化させているかもしれません。私たちみんながこころの病気を正しく理解することはとても大切です。精神疾患により医療機関にかかっている患者数は、全国で平成26年は392万人、平成29年は419万人と、大幅に増加しています。内訳としては、多いものから、うつ病、統合失調症、不安障害、認知症となっております。

第10号からは4回に分け、「気分障害」を取り上げています。2回目の今回は「気分障害の具体的な症状」です。

執筆者紹介

織田 忠明 先生（加賀こころの病院 医師）

昭和37年1月8日生まれ（同じ誕生日の有名人：小泉純一郎、蛭原徹、田村亮、金正恩）  
福井医科大学（現福井大学）医学部を卒業し同大学精神医学教室に入局。福井医科大学医学部附属病院、福井県内の精神科病院に勤務。加賀こころの病院には平成5年5月～同6年4月、平成7年6月～現在まで勤務している。精神保健指定医、精神科専門医、精神科専門医制度指導医



第2回 気分障害の具体的な症状

うつ病では気分が落ち込んで何をしても楽しめないような状態（うつ状態）が、双極性障害（双極性感情障害、躁うつ病）では気分が高ぶり過剰に活動的になる状態（躁状態）とうつ状態の双方が出現します。

うつ状態では、「通常なら楽しかったようなことでも楽しみや喜びを感じない」、「沈んだ気持ちが続き気分が晴れない」、「何に対しても興味がわかない」、「人との会話に集中できない」、「悪い方へばかり考えが及び、自分を責めてしまう」、「仕事や日常生活において能率が落ちミスが多くなる」などの精神症状に加え、多くの場合「眠れない（寝つきが悪い、夜中に目が覚める）」、「食欲がない、体重が減る」、「疲れやすい、体がだるい」、「頭痛、腰痛、肩こりや背中中の痛み」、「下痢、便秘」などのような身体症状がみられます。

躁状態では、「気分が異常にハイになり、開放的または怒りっぽくなる」、「自分が偉くなったように思う、何でもできそうに思う」、「あまり寝なくても調子がいい」、「しゃべりだしたら止まらない」、「次々と考えが浮かんでくる」、「ちょっとした刺激ですぐに注意がそれる」、「思い立ったら行動せずにいられない」、「お金を使いまくる」などの症状がみられます。

いずれの状態も一定期間続き、日常生活に支障を来すようになります。うつ状態では本人が苦痛を感じ自ら受診することもあります。躁状態では病的な状態であるとの自覚はほとんどなく、他者とのトラブルや浪費などの問題を起こすまで受診しないことが多いです。

## 事業所紹介コーナー

第6号から10号にかけて、加賀市のグループホームを紹介してきました。今回からは、働く場や、日中活動の場を紹介していこうと思います。第一弾は就労継続支援B型「ジョブハウスひかり」です。直接取材にうかがいたかったのですが、新型コロナウイルスの影響により、文書による回答を職員の宮本さんにいただきました。このような状況の中、ご協力いただきありがとうございます。

### ○事業所の概要

社会福祉法人 泰耀 ジョブハウスひかり

(ホテルアローレの向かいにあり、景色がきれいな場所にあります。)

住 所：加賀市柴山町ち91番地

平均利用者数：5～6名

開所時間：月～金 9:00～16:00

最 年 少：23歳

休 日：土、日、GW、お盆、年末年始

最 年 長：63歳

定 員：10名

平均年齢：41歳

性 別：男性5名 女性5名

(令和2年8月現在)



### どのような作業を行っていますか？

内職としてお菓子の箱折り、チェーン部品の個包装があります。また、更に個別の対応としてできる方には1階にある高齢者デイサービス「花花」の清掃作業、昼食準備、おやつ準備、工作（誕生日カード作り、うちわの装飾、レクリエーションの為にゲーム工作）を行っています。

### 作業工賃はいくらくらいですか？

150円～210円(作業内容によって時給が変わります) その他、精動手当として一日元気に作業が出来たら毎日120円付きます。

月の平均工賃：月平均18,000円ほど(頑張って当番の作業をすると20,000円を超える方もいます)



箱折り作業



チェーンの個包装



おしぼり作り



1階にある高齢者デイサービス「花花」のキッチン作業

### 行事、レクリエーションは行っていますか？

毎日頑張って作業されている利用者さんの気分転換になるよう毎月1回行事を行っています。今までの好評だった行事として「流しそうめん大会」は、本格的に本当の竹を山から切ってきて涼し気な雰囲気で行います。また、年始恒例の新年会では機械で、つくたてのお餅を食べます。その他にも、流行りの「タピオカドリンク」を作ったり、かき氷、パフェ、カレーライスなど毎回、大変好評です。また、今年は新型コロナウイルスにより中止となりましたが、秋には「あったかまつり」という事業所祭も実施し、ジョブハウスひかりでは利用者の方とお店を出しております。



月に1回の行事では、外出行事をしたり、楽しく食事作りをしたりして、仕事以外の楽しみを持っています

### 退所後にステップアップした方はいますか？

ここ5年ほどでは、就労A型事業所が4名、一般就労の障がい者雇用枠が1名、一般就労が2名います。

### 事業所のアピールポイントはなんですか？

日中は外に出て、体を動かす(仕事をする)という「基本的な生活リズム」を身につけると共に、「集団」の中に入って、楽しみながら作業に取り組むという事を一番大切にしています。現在は、週に2回だけのご利用の方もいますし、週に4回の午前中だけ通うという方もいます。「自分のリズム」を作っていく、少しずつ通える日数増やしていくなどして、少人数の事業所ならではの個別の対応を行っています。

### 就労継続支援B型とは

障がいのある一般就労が困難な方が、雇用契約を結ばずに軽作業を行い、就労に向けた準備を行うサービスです。自分の体調に合わせたペースで作業ができます。

### お問い合わせ先

TEL：0761-74-4300  
FAX：0761-74-2377  
URL：http://idagroupde.biz  
e-mail：hikari@idagroupde.com

## コラムのコーナー

～コラムのコーナーでは、当事者の声や、日常生活などをお届けします。～

### 「私の一日」



はじめまして。私は北市外美恵です。  
自称おトミさん、友人からは「トミエさん」又は「トンメさん」と呼ばれています。どう呼ばれても良いですが、自分で自分をふるい立たせる時は「おトミさんがんばれ」と自分を応援します。  
さて、私の一日は朝のウォーキングから始まります。朝、5時前後から始まり、約1時間20分ほど歩きます。初めは早足で、帰りはゆっくり歩きます。朝のさわやかな空気と朝日が昇るのを見ることを楽しみにしています。  
まだ朝早いので、人とはあまり会うこともありませんが、犬の散歩やランニング、ウォーキングを楽しむ人達と時々すれ違うこともあります。そんな時は大きな声で「おはようございます」とお互い声をかけあいます。気分もスッキリさわやかです。  
それから家々のお花を見るのを楽しみます。「あれは何の花だろう」「これはわが家にもあるぞ」とまるでお花見気分です。  
こうして私の一日が始まります。「今日も一日無事にすごすことができますように」とお日様や通りがかりの神社に祈って朝の散歩が終わります。

