



しあわせとは

北市 外美恵

しあわせとは なんだろう
 ほっぺがおちるほど おいしいたべものを いっぱいたべること
 せいっぱい おしゃれをたのしむことができること
 なんでもかうことができる おかねがたくさんあること
 それらは めぐまれているかもしれない
 けど こころはどうだろう
 おいしいくきを むねいっぱいすえるとき
 うつくしいはなを うつくしいとめであることができるとき
 たのしいほんを こころゆくまでよめるとき
 しみじみとかんしゃのこころや ふわふわとしたよろこびが
 こころのなかにわきでて
 ほんとうにしあわせだなあ とおもえるこころ
 しあわせとは じぶんのこころが
 むねいっぱいに見たされることだとおもう



一発行にあたって

「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： 社会福祉法人長久福祉会 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3年10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
 お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、気づかない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。4回目の今回は「気分障害のかかわりのポイント」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4回 気分障害のかかわりのポイント

うつ病は回復までに時間がかかる病気です。うつ病の治療には家族や職場の人たちの理解と協力がとても大切です。「頑張る」「やればできる」などの励ましの言葉や、「まだ治らないの?」「早く良くなって」など回復を急かすような言葉は禁物です。本人はうつ病になって休養せざるを得ない自分に対し無力感や罪悪感を抱いていることが多く、1日も早く元の生活に戻りたいと、だれよりも焦りを感じているからです。

また、「気分転換をしよう」「ストレス発散しよう」など無理に連れ出すような声かけ、「どうしてそうなったの?」など原因を追求する言葉、「心が弱い」「気合が足りない」などの否定的な言葉も避けましょう。本人の気持ちに寄り添ってそっと見守ってあげることが大切です。

うつ時には物事の見方や考え方が否定的になりがちで、判断力も鈍っています。そのような時に「仕事を辞める」「離婚する」など、その後の人生を左右するような重大な決定をすることは避け、できるだけ先延ばしさせるようにしてください。まずはストレスとなっている要因から遠ざけるためゆっくり休養をとってもらい、本人の状態を見守りながら調子が悪そうな時には無理をしないよう促しましょう。

事業所紹介コーナー

今回の事業所紹介では、社会福祉法人 花友会が運営する「就労継続支援 A 型 三ツ星」と、「多機能事業所 アグリ加賀」を紹介します。今回は2つの事業所についてサービス管理責任者の宮本さんにお話を伺いました。

○事業所の概要

社会福祉法人 花友会

「就労継続支援 A 型事業所三ツ星」

住所：加賀市篠原町セ2番地8

開所時間：月～金 9:30～15:45

休日：土、日、祝日、年末年始

定員：10名（10月より15名）

平均利用者数：10名

最年少：19歳

最年長：63歳

平均年齢：42歳

（令和3年9月現在）



どのような作業を行っていますか？

宅配弁当の調理、配達、工場の内職、施設外就労を行っています。宅配弁当は一日250食～300食くらい出ています。工場の内職は、いろいろな部品の組み立て作業を行っています。施設外就労ではごみ収集業者でペットボトルの分別作業を行っています。

作業工賃はいくらくらいですか？

時給制で最低賃金を保証しています。10月から最低賃金が引き上げられるので、対応していきたいと思います。

コロナ禍の状況で変化した事はありますか？

宅配弁当で配達できなくなった所もありますが、新しい配達先も開拓できて、大きく減ることはありませんでした。その他の作業も変わりはありませんでした。

行事、レクリエーションは行っていますか？

アグリ加賀と合同で希望者が参加しています。最近はコロナ禍の影響で行事などは自粛しています。



食材の準備

食材の準備

食器洗い

工場の内職

工場の内職

就労継続支援 A 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んで支援のある職場で働けるサービスです。

お問い合わせ先 三ツ星

TEL：0761-74-0028

FAX：0761-74-0029

URL：http://hanayuukai.com

e-mail：yasai100raku@skyblue.ocn.ne.jp

アピールポイントがありますか？

宅配弁当、工場の内職、施設外就労などいろいろな作業、工程があり、利用者それぞれに適した作業を選ぶことができます。こういった作業があるかを一緒に考えています。利用者の方も自分自身で判断し、動くことができるので、任せています。

○事業所の概要

社会福祉法人 花友会

「多機能事業所アグリ加賀」

住所：加賀市尾俣町33番地

開所時間：月～金 9:00～16:30

休日：土、日、祝日、年末年始

定員：就労継続支援 B 型 30名

生活介護 6名

平均利用者数：27～8名

最年少：19歳

最年長：70歳

平均年齢：41歳

（令和3年9月現在）



どのような事業所ですか？

就労継続支援 B 型と、生活介護を行っています。B 型では水耕栽培を使った野菜作り、工場の内職、花作りを行っています。野菜は直売所で販売したり、元氣村やAコープに納めています。花は花屋さんに卸しています。生活介護は、B 型と同じ作業をする人もいますが、ぬり絵をしたり、テレビを見て過ごす人もいます。

作業工賃はいくらくらいですか？

出来高制で、平均工賃は約2万6千円です。来年度からは平均3万円にアップする予定です。一番高い人で月5万9千円の収入があります。



水耕栽培のハウス



野菜の袋詰め



花作りの様子



工場の内職



工場の内職

行事、レクリエーションは行っていますか？

新型コロナウイルスが流行する前は泊旅行、ボウリング、県のふれあいフェスティバルへの参加、バーベキューなど行っていました。今は、クリスマスの時期には昼食時にケーキを出すなどできることをしています。

退所後にステップアップ

した方はいますか？

就労継続支援 A 型や、一般就労に進んだ方もいます。しかし、アグリ加賀でがんばっていきたい方が多いです。

アピールポイントがありますか？

三ツ星同様、作業はいろいろな種類、工程があり、利用者に適した作業を選ぶことができます。作業工賃も、今後も上げていく予定で、5年後には平均工賃4万円台を目指しています。

生活介護とは

介護が必要な方に、ぬり絵や仕事などの創作的、生産的な活動を提供したり、日常生活のお手伝い（風呂介助など）を行います。

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 アグリ加賀

TEL：0761-77-2622

FAX：0761-76-3988

URL：http://hanayuukai.com

e-mail：agurikaga1661@jeans.ocn.ne.jp