

～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 「こもれび編」

北市 外美恵

「おはようございます」

朝一番に入っている早出の人たちに声をかけて入ります。ここはこころの病院の中にあるレスト＆喫茶、「こもれび」です。ここでは職員さん4人と、そこを利用する私たち8人の仲間が交代で働いています。早出の方たちがその日の料理を作り、私たち遅出は10時から入りホールの掃除などとして、ランチの盛り付けにかかります。主菜、副菜、副々菜に香の物、お味噌汁などがあります。

盛り付けが終わると、ランチコーヒーを立てる人や、洗い場、備品の補充や、在庫の整理をし、足りない物は書き出します。11時半を過ぎるころぼつぼつとお客が見えます。

先ほどまでの楽しい会話も中断、ピンと引き締まります。元気よく「いらっしゃいませ」と声をかけ、注文を聞きに行きます。ほとんどランチの注文ですが、ほかに、麺類やカレーライス注文もあります。皆、配膳やほかのお客の所へ行ったり、レジなどしたり一気にぎやかになります。ご飯類だけでなく、たこ焼き、フランクフルト、ホットケーキなどの注文も入りランチコーヒーの代わりに、オレンジジュースなどとおっしゃる方もおられます。

こうしてランチタイムは終わり、皆で交代で昼休みも済ませ、1時半頃から午後の片づけに入ります。こんなころからまた楽しいおしゃべりも入り、2時45分頃まで後片付けや掃除も終わらせます。そしてミーティングをして終わりなのですが、3時あたりと4時あたりの人に分かれて帰ります。

私たち8人は皆それぞれの個性を持った人たちですが若く、私一人がダントツ年長です。それでも皆楽しく優しい人たちばかりでチームワークもしっかり取れています。中には「俺、北市さんのハーフ（年が半分）」などと冗談も入ったりして、楽しい一日が終わり帰る時間になります。

本当にお疲れ様でした！！ おわり



—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♪

こころの健康ボランティア養成講座について

市民の方々が、こころの病や精神障がいについて学び、考える機会を目的として「こころの健康ボランティア養成講座」を開催しました。講座は「公開講座」、「養成講座」、「体験講座」の3回に分けて行いました。

※新型コロナウイルス感染対策を実施して開催しました。

★公開講座

「こころの病気を当事者の体験から学ぶ」

日時：令和3年12月2日(木)

13:30～15:00

参加者：15名



「令和3年度こころの健康ボランティア養成講座」は、当事者(4名)による公開講座を地域交流プラザさくらで開催しました。今回講師を依頼した方々は、自身の体験に基づいて、同じ障がいを持つ人を支える「ピアサポーター」として活動している当事者の方々です。当日は、ピアサポーターの活動の一つである、啓発活動の一環としてお話していただきました。

ピアサポーターからは、こころの病気になってからの苦労、福祉サービスを利用した地域生活、ピアサポーターになったきっかけなどについての話がありました。

そして、最後のメッセージとして、「困っている人がいたら気にかけてほしい」「障がいのある方の話を聴くことを大事にしてほしい」「自分の家族をよく見てほしい」「障がいを持っていても同じ人間、触れ合うことで知ってほしい」といったことが伝えられました。参加者からは「感動した」「話が聞くことができて良かった」との声が聞かれました。

★養成講座

「ボランティアの心得について学ぶ」

日時：令和3年12月7日(火)

13:30～15:00

参加者：9名

養成講座では、公開講座を受けた方を対象に、公開講座で学んだことをもとに、個人情報の取り扱いやお金のやりとりについてなど、実際にボランティア活動でする上で知ってほしいこと、心構えをお話しました。

★体験講座

「当事者との交流」

日時：令和3年12月14～16日

10:00～12:00

参加者：9名

体験講座では、実際にボランティア活動を希望される方を対象に、半日、当事者との交流を行いました。内容としては、事業所の見学を行い、地域活動支援センターかがの箱折り作業・大掃除に参加していただき、精神障がいのある方と同じ時間を過ごしていただきました。

参加者からの感想

★公開講座

- それぞれの辛かった経験談をせきららに一生懸命に語って下さり感動しました。こころからのメッセージありがとうございました。
- 病気になるきっかけは、人それぞれだと分かりました。
- 当事者の方の経験や気持ちの変化などからピアサポーターは両者にとって良い方向に流れていくという事が分かりました。
- 当事者のこころの声が聞けました。

★養成講座

- ボランティアをする上での心構えが少しわかった。
- 不安があるが、絶えずその場面に職員がいることで安心する。
- 無理せず肩の力を抜いてやってみてみたいと思った。
- 同じ時間、同じ場所で過ごすことは自分にもできそうだと思います。

★体験講座

- 意識せずに普通に接していいのだと思った。
- 一緒に作業することで関係性ができることが理解できた。



今後の活動の受け入れ

令和3年度の講座でボランティア活動を希望された方7名、以前から参加されている方5名、合計12名の方でボランティア活動を行う準備をしています。現在は新型コロナウイルス感染拡大に伴い活動を中止していますが、今後の感染状況を踏まえて再開していきます。開催方法や内容については、参加を希望された方の意見を踏まえ、行っていく予定です。

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 長久福祉会が運営する「就労継続支援B型事業所はるかぜワーク」と、「就労移行/定着支援事業所なないろワーク」を紹介します。今回は2つの事業所について職員の北地さん（はるかぜ）、西さん（なないろ）にお話を伺いました。

○事業所の概要

社会福祉法人 長久福祉会 「就労継続支援B型事業所はるかぜワーク」
開所時間：月～土曜 8:30～17:00（毎週日曜、年始休み） 作業時間：10:00～15:00頃
定員：22名 平均利用者数：24.1名/1日 平均年齢：51.8歳（22～73歳）
時給：420円（月平均工賃額：25,000円前後）※早番、遅番、配達などの手当などあり

○事業所の概要

社会福祉法人 長久福祉会 「就労移行/定着支援事業所なないろワーク」
開所時間：月～金曜 8:30～17:00（土日祝日休み） 活動時間：9:45～15:00頃
定員：6名 平均利用者数：4.5名/1日 平均年齢：21.6歳（18～27歳）
工賃：作業プログラム参加時に支給（事業所内作業：時給200円、事業所外作業：420円）

（令和4年3月現在）

就労継続支援B型事業所はるかぜワークとは？

障がいや難病がある方が職員や他の利用者からのサポートを得ながら、働くことができる場所です。作業をたくさんの工程に分けることで、利用者一人ひとりが自分にできることを行い、みんなで協力して作業を進めます。

雇用契約を結ばないため、最低賃金の保障や社会保険等の加入はできませんが、週1回や半日など、自分の体調やペースに合わせて働くことができます。



作業内容のご紹介

<事業所内>

- ① 洗濯作業（タオルや衣類などの洗濯、たたみ、集配）
- ② 内職作業（チェーン部品の検品や梱包など）

<事業所外>

- ① 高齢者施設でのシーツ交換や掃除など
- ② カフェレストランの運営（調理や接客など）



カフェ&レストラン「こもれび」について はるかぜワークさんからのメッセージ

はるかぜワークは、加賀こころの病院の1階ホールで飲食店を運営しています。利用者がお店のスタッフとして、調理や接客などを行っています。新型コロナウイルスが落ち着いた際には、ぜひ足を運んで頂ければと思います♪



日替わりランチ 500円（税込）

就労移行/定着支援事業所なないろワークとは？

障がいのある方が一般企業や福祉の事業所での就職（就労）などを目標として、働く経験を積むとともに、働く上で得意なこと、苦手なこと、配慮を求めたいことなどの自分研究をやりながら、職員と一緒に自分に合った働き方を見つけていくために通う場所です。

決まった時間に事業所へ通う練習からスタートする方から、事業所内での作業プログラムを通して、企業等での実習などを行って、就職活動をしていく方など、一人ひとりのペースで就職に向けて取り組んでいくことができます。

また、就職した後も会社への訪問、定期的な面接、会社からの相談対応などを行っています。

活動のご紹介

- 作業プログラム（タオルたたみやパソコン入力等の軽作業、レストラン等での調理補助や接客など）
 - 企業等での実習
 - 就職面接の練習、履歴書の作成、ハローワークへの同行（就職先探し）、就職面接の同行など
- 就職実績（R2.1開設）**
- 一般就労 3名
（ドラッグストア、県職員）

<お問い合わせ先>

はるかぜワーク・なないろワーク共通

所在地：加賀市百々町81-1

（南加賀土木事務所向かい）

TEL：0761-72-4545

ホームページ：https://www.chokyuhukushi.jp

