



2012.2.29 発行

めんたるねっと

YMSN 情報誌

(特定非営利活動法人) 横浜の外国人サービスネットワーク

第31号

Vol. 8 No. 3



トピックス 生活保護の背後にある現実～見えにくい貧困層～ 1



就労の現場から リスト株式会社による障がい者雇用の取り組み 2



医療の現場から 認知症の薬について 5



SST の現場から R.P.リバーマン先生講演～リハビリ、そしてあきらめない心～ 7



当事者活動 チーム「めんちゃん」の活動～「婚活パーティ」の企画を通して～ ... 9

予定・報告 11

トピックス

生活保護の背後にある現実 ～ 見えにくい貧困層 ～

おとし（2010年）、昨年（2011年）と生活保護受給者が過去最高を更新し続けている記事が目につくようになった。昨年10月にも生活保護受給者は190万人を突破し、これまでで最高の受給率となっている。おとしの保護受給で最も多い開始理由は、「働きによる収入の減少・喪失」ということだから、保護受給水準にあっても受けていない人達を考えるとワーキングプアはさらに拡大していると考えられよう。

また、この2月20日さいたま市北区で親子とみられる3人の遺体が見つかり、餓死と見られている。日本の貧困状況は深刻さを増しているのではないか？ 生活保護制度があるのに…と思うが、制度があることを伝えるだけでは保護に結びつかないケースがあるのは当然の現実である。

例えばAさん、精神病院での長い入院生活を経て地域で単身生活を始めた。だが働ける状態ではないので障害年金2カ月で15万円程の収入のみで今は暮らしている。家賃は毎月5万円かかるので毎月わずかにある貯蓄を崩しながらの生活である。貯蓄がなくなれば不足分は生活保護を受給するしかない。とにかく節約しお金を使いたがらない。単身生活を始めて3年半以上経過したが数カ月前まではテレビもなく過ごしていた。貯蓄がなくなれば保護を受けられるのだから必要なものにはお金を使おうと勧めるも、なかなか受け入れてもらえなかった。食事内容も貧しく、菓子パン、サンドイッチの類を繰り返し、最近ようやくコンビニで売っているカツ丼までメニューが増えてきたところである。生活保護制度の話を経度もし、ようやくのみ込めてきた様子である。関わる人がいなければ病気や障がいがある人などは特に制度につながるの難しい。

もう一人の例としてBさん宅に初めて訪問した時、玄関の前はゴミ袋の山だった。同時に驚いたのは家の老朽化のひどさで、それによって2部屋の1室が全く使用できず、家具があるため布団も敷けない状態にあることだった。Bさんも生活保護受給者となったのは2年前くらい。受給理由は夫が病気で治療費も払えなくなったからである。ゴミ袋の山は何もかもが混在で、分別ができないために収集を拒否され出せなかったようだ。家の老朽化については保護担当も引越しの了解が以前からあり今年ようやく引越したのだが…。それにしても生活保護になるまでこんな家から引越しもできなかったとは…。話を聞くと夫が働いていた頃から保護水準の生活をずっと続けてきた様子だった（家は親戚の所有で家賃を払う必要がなかったという）。

東京・立川市などでも孤独死ならぬ「孤立死」が相次いでおり、今、これだけ生活保護受給者が増えてもなお、Bさんのような人がどれだけ背後に隠れていることか。

「餓死」などという事態を作らないために、貧困状態を見えるようにまずは声になっていない小さなSOSのサインをどうみつけ手繰り寄せていくか、そして関係者がどう関わるか、対応は急務である。

（YMSN 森川充子）

企業による障がい者雇用の取り組み ～ リスト株式会社の障がい者雇用を通して ～

現在私がジョブコーチとして関わっている、障がい（精神障がい及び発達障がい）を抱えながらも、一般企業の中で働いている方は、20名程度いらっしゃると思います。既に支援を終了したり、あるいは残念ながら就労継続出来なかった方も含めれば、さらにその人数と企業数が増えます。私が現在関わらせていただいている企業の障がい者雇用のほとんどは、障がい特性に応じた作業配分や、勤務時間などが考慮されていたり、働く障がい者に対して一定の配慮をしつつも、特別扱いをするのではなく、自然に接してくれたりしているように感じています。

今回はその中から、リスト株式会社での障がい者雇用の取り組みを、会社との出会いから、現在までを振り返りつつ報告したいと思います。

リスト株式会社は、横浜市中区に本社を置く、1991年に創立した不動産会社であり、住まいにかかわる数多くの事業を横浜・湘南地区を中心に展開しています。不動産に馴染みのない方もいるかと思いますが、横浜 DeNA ベイスターズのヘルメットスポンサーであったり、映画『シェアハウス』の応援企業であったり、あるいは横浜市営地下鉄で「関内、リスト本社前です。」というアナウンスが流れているのを聞いたことがないでしょうか？そう聴くと少し身近に感じる方もいらっしゃるかも知れません。

リスト株式会社との最初の出会い

障がいがあっても、自分の能力に応じて働きたいと希望している方はたくさんいらっしゃると思います。障がい者の雇用を促進するために、国は、企業に対して雇用する労働者数の1.8%に相当する障がい者を雇用することを義務づけてい

ますが、精神障がいの方の雇用は、以前に比べれば進んでいるものの、「精神の方については、他の障がい者の雇用が安定したその後に」・・・と言う声が聞かれるのも事実です。

リスト株式会社と最初に出会ったのは、2年前の5月に開催された横浜市障がい者合同面接会でした。当時、その年の3月末に就労準備訓練「トライパソコン科」を修了したOさんが面接に臨み、二次面接を経て合格し、入社した時からのお付き合いになります。精神の障がいの方の雇用に積極的でない言葉を聞くことが多かった中で、人事担当のS氏が、「精神の方は障がいが見えない。しかし障がいが見えることで、周囲が必要以上に気を使い過ぎてしまうことでお互いに居心地が悪くなってしまうことがあるかもしれない」といったようなお話をされていたのが非常に印象的だったのを覚えています。精神の障がいの方を積極的に雇用しようという言葉が聞けるのが珍しいことでしたから、障がい者という色眼鏡で見られないことを嬉しく感じる一方で、障がいが見えないことで、配慮がされないかもしれないと正直心配もしました。

Oさん入社

リスト株式会社で任された仕事は、主には顧客データの入力と、それに付随する事務補助作業でした。もともとOさんは、パソコンの基本技術のある方でしたが、データ入力作業では技術以外に、メールやペーパーベースの情報を社内のシステムに正確に移行する能力であるとか、同じような作業でも細かい部分で処理が変わってくるため、教わった処理の仕方を覚えて、次からは自分で判断して処理していくことが求められます。また、

いくつかの情報を扱い処理していくため、それぞれの処理の仕方を理解する能力、途中で別の仕事を依頼されたときに臨機応変に変更できる力も必要でした。これらにしっかりと対応し、順調に作業をこなしていったのは、Oさんの力が、会社の要求に見合うものであったことは言うまでもありません。しかし、能力が高いことが、安定した仕事の継続とイコールかという、そうではありません。

リスト株式会社での障がい者雇用の工夫や配慮

次に、リスト株式会社で、障がいのある方が仕事を継続していくために行っており、それがご本人にとって最大限に生かされた、いくつかの点についてお伝えしたいと思います。

- ① **環境面**：同じ事務所の中に様々な雇用契約の方がおり、それぞれが独立して作業を担当している。その中で、本人もパートタイマーという位置づけで配置された。特別ではなく、様々な雇用形態の中の一つということになる。
- ② **仕事面**：担当した仕事は、本人と派遣の方にしかできない仕事であり、どの程度意識されているかはわからないが、誰かに代わってもらえる仕事ではないことが、責任感を生み、結果自己効力感に繋がった。誰かに代わってもらえる仕事ではないが、何もかも任せられるというのではなく、段階を経て、簡単な処理から難しい処理を任せて頂いていること、本人の向上のスピードに仕事を合わせて頂いていることなど、責任と、配慮のバランスがうまく保たれている。また、誰にでもできる仕事でないことは、指導者の固定も生み、混乱せずに済んでいる。
- ③ **対人面**：様々な雇用形態の方が混在し、独立した作業を行っていることから、仕事があつてこそその人間関係があり、いい意味でさっぱりとしている。厄介な人間関係に悩

まされることが少なく、感情的にも自分のペースを保って仕事ができる。

- ④ **労働時間の配慮**：週に20時間からのスタートであり、本人のペースに合わせて時間の変更を臨機応変に対応してもらえる。Oさんの場合は週5日で、水曜日以外は10時半から16時半（休憩1時間）、水曜日のみ13時上がりからスタートした。半年ごとの更新時に、時間の見直しもするがそれ以外でも、希望した時に、希望する時間帯で勤務することが出来る（コアタイムあり）。時間の延ばし方も30分から対応して頂けた。現在は、始業時間を10時からとし、次の更新時には更に就業時間を30分延長する予定でいる。また、入社当時、午後の作業能力が下がったことに配慮して頂き、20分間の休憩を頂いていたこともあった。
- ⑤ **人事と現場の近さ**：採用は人事が行い、その後の責任は現場でというのは一般的だが、リスト株式会社の場合、同じビルに人事課と、Oさんの働いている部署があることで、人事と現場の距離が非常に近い。これにより、雇用契約の更新時は必ず人事のS氏が担当し、面接の際の声を現場にすぐに上げることが出来ている。逆に現場での評価や、問題点などもすぐに人事に下りてくることで、いい面は評価し、問題点は早めに解決することが出来る。リスト株式会社以外にも同じように採用担当者の方が、その後も本人を気遣ってくれる会社があるが、就職後の定着率がいいように感じられる（また契約更新時の面接や問題点の解決にはJCも同席することが多い）。
- ⑥ **実習の活用**：本人の力と、会社の配慮や工夫のあることで、Oさんは今年、入社丸2年を迎える。Oさんが採用されて約半年後に、ダメもとで、S氏に障がい者の就労準備訓練の中での実習をお願いしたところ、現場を含めて社内手続きをして頂き、かな

り早い段階でOKの返事を頂いた。当時は、会社のフットワークの軽さにも驚いたものだったが、その後もコンスタントに実習を受け入れて頂いている。ご本人にとっては訓練中の貴重な事務職の実習体験となり、企業側からすれば、実習生の中に、採用したい人材があれば雇用につなげることが出来る。実習生は実習中に仕事内容や職場の雰囲気を経験しているため、採用の話があれば判断基準にすることができる。これまでに、8名が実習を経験し、3名が採用に至っている。

リスト株式会社の3人の声

～リスト株式会社に就職して～

最後に、実際に働いている3人の声を紹介したいと思います。特に本人達に分けて話してもらったわけではないのですが、会社の工夫や配慮に対して、本人達も働きやすいと感じていることが多く上がりました。会社がせっかく工夫や配慮をしてくれているにもかかわらず、本人がそれをそうと受け取ってなければ無駄になってしまいます。勿論、本人の体調や受け取り方に問題がある場合もあると思いますが、「その人」や、「その時期」に合わせて話し合いながら、対応してくれていることで、リスト株式会社での働きやすさが生まれているのではないのでしょうか。

- ① **環境面**：「ありがとう」や「ありがとうございます」とよく聞くが、その言葉を耳にすると気持ちよく仕事ができる環境にいるのだなと実感する／エレベーターで下りの方がさりげなく『閉』ボタンを押して出る姿がスマートで、他の方への配慮を感じる（マナーがしっかりしていて気持ちがいい）／
- ② **仕事面**：責任があまりにも重すぎてしまう仕事内容ではないため、ストレスを感じることや、考え込んでしまうことがない／自分たちのミスは派遣さん達のミスとしてとらえてくれている／仕事に慣れるまでは、入力した内

容をチェックし、フィードバックをくれる／ミスがあっても責められることがなく、どうしたら次に同じ間違いをしないかを一緒に考えてくれる。自分達もそれをありがたく思っているからこそ、メモを取って同じ間違いをしないようにし、一生懸命教えてくれることが頑張る気持ちが継続につながる／

- ③ **対人面**：直接仕事を教えてくださる社員さんや派遣さん、同じ職業訓練出身の先輩などの人柄も分かってきて安心感が増してきた／暖かくサポートしていただいております、自分が障害者だからという卑屈な思いを感じずに働ける
- ④ **労働時間**：残業がないので趣味の時間が持てる／時間数も30分単位で増やしていけるといふ配慮がありこれからは社会保険に加入できるように、焦らずにゆっくり時間を増やしていきたい／フレックスタイム（10時や10時半～の勤務）がやりやすい
- ⑤ **その他**：同じ障がい者雇用での先輩がいるため安心感がある／Oさんの仕事は一步先を行っている、頼れるし、わからないことにも最後まで付き合ってくれる／仕事のスピードや、勤務時間数など、比べたりすることもあるが、お互いにいい影響がある／社会活動等への共感（スポーツゴミ拾い、「横浜湘南散歩」の発行、ベイスターズのヘルメットスポンサー等）／会話や、ファッションなどお手本にしたい女性がたくさんいることで、自分磨きが出来

3人の話を聞いて、障がいのある方が、一般企業で安定して働き続けるためのヒントは日常の些細なことの中にもあることにも、改めて気付かされました。

（YMSN 柴友美）

認知症の薬について

横浜舞岡病院 鈴木玲子(薬剤師)

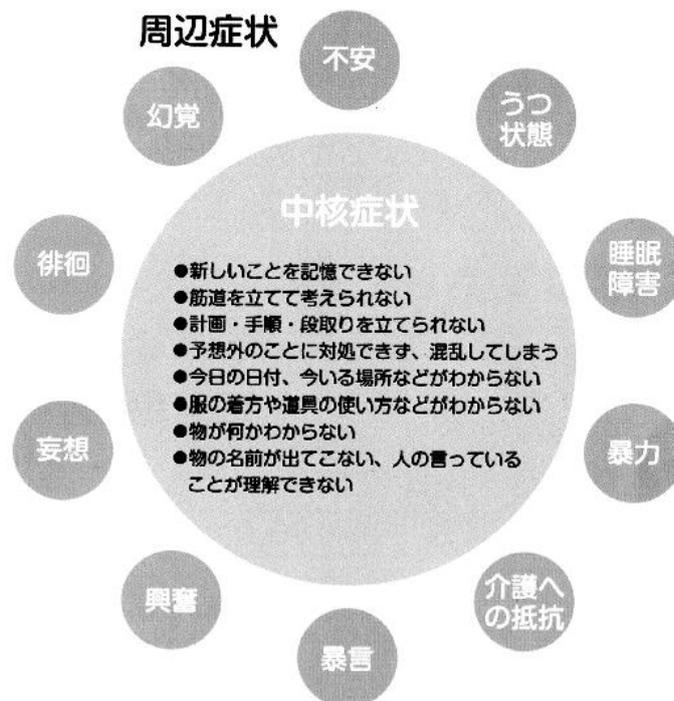
認知症の定義は 「後天的な脳の病
気により正常に発達した知的機能が、
全般的かつ持続的に低下し、日常生活
に支障を生じた状態」で、その診断基
準としては I C D-10 (WHO 国際疾病
分類) や D S M-IV (アメリカ精神医
学会の精神障害診断基準) がよく使わ
れています。

D S M-IV による認知症の診断基準

- A. 多彩な認知欠損の発現で、それは
以下の両方により明らかにされる
1. 記憶障害 (新しい情報を学習し
たり、過去の情報を想起する能
力の障害)
 2. 次の認知障害が 1 つ以上ある
 - A) 失語 (言語の障害)
 - B) 失行 (運動能力は障害され
ていないのに、運動行為が
障害される)
 - C) 失認 (感覚機能が障害され
ていないのに、対象を認識
又は同定できない)
 - D) 実行機能 (計画を立てる、
組織化する、順序立てる、
抽象化する) の障害
- B. 上記の認知障害は、その各々が社会的または職
業的機能の著しい障害を引き起こし、病前
の機能水準からの著しい低下を示す

どんな症状がみられるの?

アルツハイマー型認知症では、誰にでも共通してみられる記憶障害や
判断力の障害 (中核症状) と、徘徊や興奮など (周辺症状) があります。
周辺症状は、環境や人間関係、性格、体調などによって、あられ方
やその時期は人によってさまざまです。



周辺症状はさまざま、人それぞれです。

4

- C. この経過は、せん妄の経過中に出現するものではない
- D. この障害は、他の第一軸 (うつ病、統合失調症・・・) では説明できない

認知症の代表的な疾患にはアルツハイマー型認知症、脳血管性認知症、レビー小体型認知症、前頭側頭型認知症（ピック病）があり、軽度認知障害（MCI）は正常な高齢者と認知症患者との境界に位置して、その10～50%が認知症に移行すると言われています。

ここで「診察に際して」ですが、診察にやっとたどり着いた場合当然家族から情報を収集するわけです。重要なのはご本人に「今日はなぜここに来たのか」「困っていることは？」そして「自分はどう生きてきたのか」を訊ねることです。周囲（家族など）との関係性を見ることで「関係性によって増大している症状」の緩和に役立ちます。

他に認知機能障害の度合いを把握するために簡易検査（神経心理学的所見）、補助的手段として画像検査を行います。

次はいよいよ治療です。認知症の予防や進行止めとして有効であると実証された手段は数少なく、現在認知症治療の薬として発売されている薬も実は「認知症の診断を受けて薬を飲み始めると、薬を飲まないよりは病気の進行を遅くすることができる」というものです。以上を前提に薬物療法が行われます。

「アルツハイマー型やレビー小体型では脳内AChE（アセチルコリンエステラーゼ）活性が低下している」という知見に基づいて開発された薬がドネペジル（アリセプト）、ガランタミン（レミニール）、リバスチグミン（イクセロンパッチ・リバスタッチパッチ）です。メマンチン（メマリ）はNMDA受容体が活性化されているという考え方に基づいて開発されました。

これらの薬は認知症の中核症状に対する効果が期待されますが、副作用として前出の3剤は嘔気、食思不振、下痢、興奮、焦燥が出現する可能

性があります。メマンチンの副作用はめまい、ふらつき、便秘などです。

一方周辺症状に対してはできる限り薬に頼らず、環境の調整をして本人の「存在不安」を和らげることが優先されますが、うまくいかない場合は抑肝散、リスペリドン（リスパダール）、オランザピン（ジプレキサ）、クエチアピン（セロクエル）、バルプロ酸（デパケン）、カルバマゼピン（テグレトール）等を使用します。

剤型については、錠剤だけでなく口中で崩壊しやすいD錠やOD錠、細粒、内用液、ゼリー剤の他貼付剤という剤型も登場し、本人の嚥下機能や心理状態だけでなく介護者の負担度合いに合わせて選択できるようになりました。

ケアを提供する人とされる人の対話から生まれるのは「生きていていいんだ」という感覚（許されている、安心）です。

参考文献：

- ・クリニシアン no. 598 no. 605 （エーザイ）
- ・ドネペジルを服用される方のご家族、介護される方へ（日本ケミファ）

SST の現場から

R.P.リバーマン先生講演@東京 ～リカバリー、そしてあきらめない心～

佐藤幸江（東京海上日動メディカルサービス（株））

昨年11月4日、UCLA の R.P.リバーマン先生を招聘しての講演が東京・新宿にて開催された。「太平洋を渡るのはこれが最後かもしれない」とのこと、駆けつけないわけにはいかなかった。

“Comprehensive Treatment and Rehabilitation for Recovery of the Mentally Disabled: The Future Starts Today.” と題された講演は、「よい教師は学生から学ぶことができる」という言葉から始まった。（すなわち、よい治療者は患者から学ぶことができる、そこから学ぶべきことがきわめて多い、との示唆であろう。）シルバリーボン（※注）を胸に、リバーマン先生のお話はステイグマの払拭の重要性、そして「リカバリー」の概念を中心に展開していった。

「本人があきらめなくても私たちがあきらめてはいけない」

「症状についてだけ聞くのではなく、生活をどのように変えたいか？3か月後、6か月後、1年後、どうなっていたいか？を聞き、本人に将来を考える意思をもってもらよう導く」

「遠い道かもしれないけど夢に近づいていこう」「どんなに大変でも、あきらめないこと。人は苦難だけで生きているわけではない。その人の資質の中に優れたものもある」

「その人が人生の中でどうなりたいかを見つけていかななくてはならない。1つがダメでも、次を見



つける。人は皆違うのだから」

「あきらめないこと」をリバーマン先生はくりかえしおっしゃっていた。講演の内容とともに、リバーマン先生の一貫した姿勢と情熱が非常に印象的だった。また、講演の間に近くの席の人とペアになり話し合うエクササイズをさっと差し挟み、あつというまに参加者を巻き込んでしまう姿からは、リバーマン先生のグループを動かす技量と魅力にあらためて触れた思いであった。

講演終了後には翻訳出版された「精神障害と回復」のサイン会が行われた。一人ひとりと言葉をかわしながら、その人のイメージをあつというまにふくらませ、まるで心の中の扉を開くようにメッセージを書いていくリバーマン先生。一人につき5分程度は時間を割いてくださっていたのではないだろうか。講演が終了したのは夜の9時前、60名以上のサインが終了したのは午前0時をまわっていたこと。しかもあとになればなるほど、待

たせてしまったから、と書いてくださるメッセージはより丁寧になっていったとも聞く。

「SST はあなたの患者の役に立っていると思いますか？」

「はい、そう思います。・・・今日の先生の講演を聴いて、私にもまだ何かできることがあるのでは、と思うことができました」

「そう、今日来てくれて本当にうれしいです」

・・・私が交わしたのはそんな会話だった、と思う。本当はもっともっと伝えたいこと、話したいことがあったが、私の英語力の乏しさと、それ以上にリバーマン先生の存在感に圧倒されて何も言えなかった。でも本当に伝えたかったことはこれだけだったのかもしれない。その後、リバーマン先生は私の目をじっと見たあとに、こんなメッセージを書いてくださった。

「私はあなたが、SST やその他のエビデンスのある治療法を用いて、あなたの患者たちがリハビリへの道を登っていく手助けをしようと決意をもっていることを非常に強く感じました。一人ひとりの患者はそれぞれ個別のゴールにつながる自分自身の道をもっているのです。彼らのその大事な仕事をしっかりと支え続けなさい！いつも新しいことに取り組み、そして常にクリエイティブであるように」

今の自分の迷いや思いがほんの一瞬で見抜かれたようでハッとした。まるで心の中を見透かされて、励まされ、ちょっと叱咤されたようだった。

「あなたの中には決意がある」「続けなさい」・・・自分の中の“希望”や力を見つけてもらったような気がした。涙が出そうだった。

やはり“本物”はすごい。講演の内容のみならず、リバーマン先生のサイン会の際の言動そのものが私たちに何かを教えてくれている。

前日には福島も訪問して講演などして下さったとのこと。そこでも同じように時間をかけてサインをしていらしたそう。震災後の日本にいらしていただけたことも、本当にうれしく、勇気をもらえたように感じた。

リバーマン先生の情熱と、あきらめない心を見せつけられた気がする。先生のメッセージとサイン入りのこの分厚い本を、最後まで読み、私がこれからできることをしっかりと考えていきたいと強く思った。

最後に、リバーマン先生と、今回のリバーマン先生招聘にあたってご尽力いただいたすべての先生方、関係者の方々にあらためて感謝したい。本当にありがとうございました。

※シルバーリボン:シルバーリボンは、脳に起因する病(障害)および心の病に対する理解と支援、予防と対策の社会喚起を促進することを目的とした運動のシンボルです。

<http://www.silver-ribbon.com/>

当事者活動

チーム「めんちゃれ」の活動 ～「婚活パーティ」の企画を通して～

活動を通じて課題を発見

2011年夏、暑い日だった。

それは丁度仕事に一区切りをつけ新しい道に進もうとしている時だった。精神を患っている人どうしの婚活パーティーを自分たちの手で企画し、開催しないかというのである。今まで頼む事はあっても頼まれるとは思わなかった。それでも私には時間があつたので引き受けることにした。こうしてメンタルチャレンジド、略してチーム「めんちゃれ」が動き出した。

最初の会議は8月14日だった。YMSNの事務所に行くとき集まったのは6人ほどだった。思ったよりも大勢集まった。会議が始まるとメンバーが頼もしい事がわかる。ホームページを作れる人やチラシを作れる人がいたのだ。私ができる事と言ったら情報収集ぐらいだった。企画も初めての経験である。

会議は毎月一回。二回目からは女性も参加する事になる。そこからは本格的に話し合いが始まった。会場や開催日を決め、役割分担も決めていく。会議を重ねるたびに当日の流れなども決まっていた。会場選びやチラシを配る場所、当日の進行などの枠組みは順調に決まっていく。細かいところはYMSNスタッフにも協力してもらった。会場の予約やトライ OB への連絡など他にも色々面倒な事を助けてもらった。後は人を募集するだけになった時、問題は起きた。男性は定員いっぱい集まったのだが女性が集まらないのだ。結果的に女性を集めるのもYMSNのスタッフ頼みになった。私たちの力不足や見通しの甘さがわかった。

女性が少ないので婚活パーティーも普通のクリ



Go Go 婚活
メンタルチャレンジド

近年、障害者が働く環境が成熟してきました。皆さん、仕事をこなしながら次のステップを考え始めるように感じました。そこで思い至ったのが婚活です。これからの生活を充実させましょう。

参加条件
現在独身でお付き合いしている相手がないこと
また、現在就労している方
なお今回は男女共に15人までとなっております。
参加人数が上限に達した時点で申し込みを締め切らせていただきます。

開催場所
横浜市地下鉄ブルーライン 伊勢佐木長者町駅直結の神奈川県総合医療会館
「1Fアtrium Sale」

開催日時
12月18日(日) 13:00～15:00 まで

参加費用
男性 2500円
女性 2000円

連絡先
FAX 045-841-2189
E-mail: ymsn@forest-1.com

注意事項：本会は出会いの場を提供するだけで個人的なトラブルに関しては関与するものではありません。

主催：メンタルチャレンジド

スマスパーティーに変えて行われた。男性陣の大人の対応には好感が持てる。意外と普通のパーティーを楽しんでいるようである。助かった。ビンゴゲームは盛り上がった。担当の人が上手だったのだろう。司会の人たちも良かった。問題は女性を集めるにはどうしたら良いのか。その一点だけはどうしようもなかった。今後の課題だろう。

一月の会議では今度は女性が集まりやすいように配慮をする。花見をしようという事になった。大事なのは人を集めることだ。間口を広げたのだ。決まっている事は小田原で花見をしようという事だけ。今後の会議が注目だ。

この活動から得られた事は自分の居場所である。周りが変わるたびに自分のポジションも変わる。集まりの違いで役割も変わってくる。先頭だった

り最後尾だったりするのだ。それが精神的にも対処の幅を広げてくれる。これもいい経験になった。

(根本 俊史)

今後の企画も検討課題

僕はトライの職業訓練を経て就職する事が出来て一人暮らしをするようになり、初めて結婚に対して前向きに考えるようになりました。でも、正直出会いがなくて困っているときに今回の企画の話がでたので、トライのOBを中心に月に一回位のペースで会議をするようになり婚活パーティーについて、いろいろ話し合い決めて来ました。チラシやホームページなど、みんなで作ったり、司会や受付など決めたり、みんなで協力しながら役割分担してあとは、人が集まれば成功だったのですが、男性はすぐ、定員になったのですが、女性が思ったように集まらず、急遽、クリスマスパーティーに変更しました。クリスマスパーティーは



ビンゴ大会などで盛り上がり、こういうのもいいかなと思いました。

今後の企画は花見とか料理教室などの候補が上がっています。僕は最初、料理教室は嫌だと思っていましたが先日、近くのショッピングモールの一角でガラスバリの料理教室を見てこういうのもいいかなと思いました。

あとは季節を感じられる企画を考えていけたらいいなと思っています。

(大村 直哉)

めんちゃれプロフィール

「めんちゃれ」は YMSN の呼びかけで集まった、トライの卒業生中心の有志が運営する、精神障がい者対象のイベント企画グループです。サポート側ではなく当事者が話しあって決めている点がポイントです。

「めんちゃれ」はメンタルチャレンジドから取って付けました。チャレンジドとはアメリカでの障がい者を表現する言葉です。イベントに参加して、当事者同士の交流を広げるチャレンジをする人をお待ちしています。

今までのながれ

- 2011年 8月 実行委員の顔合わせ&企画開始。
- 2011年 11月 戸塚就労支援センター主催の就労者ミーティングで告知
- 2011年 12月 第一回イベント（クリスマスパーティー）を開催
- 2012年 1月 反省会&第二回イベント企画開始
- 2012年 2月 またまた就労者ミーティングで告知
- 2012年 4月 第二回イベント（花見）開催予定

ホームページ http://1st.geocities.jp/wataru_rag_e/

研修会のお知らせ

■精神保健福祉研修会 参加費1回 500円(年間4,000円)

日時： 毎月第2金曜日(全12回) pm. 7:00~8:30

場所： YMSN 研修室 (上大岡駅 徒歩5分)

内容： ホームページをご覧ください <http://forest-1.com/ymsn/>

■SST(生活技能訓練)研修会 参加費1回 1,000円(年間7,000円)

日時： 毎月第3木曜日(8月・12月休会 全10回) pm. 7:00~9:00

場所： 横浜市総合保健医療センター 講堂

全体会： 認知行動療法の理論

分科会： A. リーダー体験中級者コース B. SSTテクニカルマスターを学ぶ

☆初級10時間コース(9月より全10回/19:00~21:00)

当事者のためのグループ活動のお知らせ

詳細は各支援センターへお尋ねください

就労講座	港南区生活支援センター	毎月第3水曜日(原則) pm. 2:00~3:00
	泉区生活支援センター	日程についてはお問い合わせください
就労フォロー アップミーティ ング	港南区生活支援センター	毎月第2土曜日 pm. 2:30~3:30
	神奈川区生活支援センター	毎月第4日曜日 pm. 2:00~3:00
	YMSN	OB会の開催(不定期)
SST	YMSN(就労者のSST)	毎月第1土曜日 pm. 1:00~2:30

会員について

会員を募集します。YMSNの活動を応援していただける方は会員になってください。(会費 正会員年間5,000円)

会員は、研修会(上記案内)への年間参加費が割引になります。

精神保健福祉研修会(1,000円) SST研修会(3,500円)

会員へは、情報誌が無料配付されます。

正会員5,000円(個人) 賛助会員12,000円(団体)

(正会員・賛助会員にはYMSN情報誌を無料配付)

振込先：郵便振替口座 00250-6-71607

横浜メンタルサービスネットワーク

季刊 YMSN情報誌 Vol. 8 No. 3

めんたるねっと 第31号 2012年2月29日発行

間購読料1,000円(年4回発行) 1冊頒価300円

発行：NPO法人 横浜メンタルサービスネットワーク

理事長 鈴木弘美 編集代表 森川充子

〒233-0002 横浜市港南区上大岡西 1-12-3-301

TEL 045-841-2179

FAX 045-841-2189

<http://forest-1.com/ymsn/>

e-mail: ymsn@forest-1.com

印刷：横浜市総合保健医療財団

就労移行支援事業所 港風舎