横浜メンタルサービスネットワーク　情報誌

めんたるねっと

VOL.19-3
No. 75

研修会報告	神奈川県「ヤングケアラー支援体制強化事業」スタート	2
地域の現場から	就労継続支援Ｂ型事業所での７年～誉めることを心がけて	4
被災地より	人を残すための契機に～ SST 初級研修 in 気仙沼	6
書籍紹介	「ミッドナイト・ライブラリー」～選ばなかった人生を体験	7
活動報告	Irodori　子どもゆめワールドに出店／プレジョブスクール	8
	駄菓子屋カフェ～貯金箱設置／ジョブコーチ～２社で初実施	9
	事務局より／予定・報告	10

庭の畑で育ったオレンジカリフラワーと紫カリフラワー

研修報告

神奈川県 ヤングケアラー支援体制強化事業スタート

～ ２つの研修会に参加して ～

2022 年 9 月 16 日（金）神奈川県社会福祉協議会主催、横浜創英大学 横山惠子先生、「ヤングケアラー等の現状と支援の課題」／12 月 12 日（月）神奈川県・かながわ生活困窮者自立支援ネットワーク共催、一般社団法人日本ケアラー連盟 中嶋圭子氏、「10 代が抱える困難を考える　ケアラー・ヤングケアラー問題を学ぶ」に参加しました。以下、研修内容を報告します。

ヤングケアラーとは

「家族に介護(以下、ケア)を必要とする人がいる場合に、大人が担うようなケア責任を引き受け、家事や家族の世話、介護、感情面のサポートなどを行っている、18 歳未満の子ども」としています。

若者ケアラーは 18 歳から概ね 24～25 歳まで（広義には 30 歳代)。法律上の定義はなく、日本ケアラー連盟が定めたものが一般的に使用されています。

社会的背景

世帯人数の減少や女性の社会進出による家族機能の変化によって地域の繋がりが希薄になっています。その一方で家族の問題は家族で解決するという考え方が根強く残っているため、子どもにケアの役割が引き継がれていると言われています。

実態

2020 年のヤングケアラーの実態に関する（全国）調査研究では、中学２年生で5.7%、高校２年生では4.1%。１クラスに１人～２人と推測されています。ケアをしている頻度は「ほぼ毎日」が一番多く、ケアの時間は平均 3.9 時間／日、7 時間以上も 1 割以上という結果が出ているようです。

政策

国は2022年度新規事業として、認知度の向上、支援マニュアルの作成、自治体への財政支援、モデル事業、家事・育児支援ヘルパーの派遣などを掲げました。それを受け、神奈川県では「神奈川県 ヤングケアラー支援体制強化事業」を始動。具体的には、ポータルサイト開設、研修会の開催、電話24時間相談、ＬＩＮＥ相談（ＹＣライン）、ケアラーズカフェ・居場所等補助事業。神奈川県社会福祉協議会ではケアラー等支援専門員を配置し、実際に、ケアラー・ヤングケアラーの支援に関する相談を受けています。

ヤングケアラーの問題

ケアや家事の負担が大きすぎると、子どもの「学校生活・友人関係・心身の健康」など様々なことに支障が出てしまいます。例えば、ケアや家事でやることが多くて睡眠が取れず、学校で集中することが出来ない、最終的には学校に通えなくなる、ということも起きてしまいます。職業選択をする際にも、家族のケアを優先させたうえで選ばざるを得なくなっているようです。ヤングケアラーを経験した大人へのアンケートでは、大人になっても自分の感情がわからない、人を信用できない、自己評価が低い等を感じている人が少なくないそうです。また、２つの研修で共通して強調していたことは「孤独・孤立」という問題でした。

相談できなかったこどもたちの声

- 皆と同じようにしていたかったので、普通ではない家庭の状況は、誰にも言いたくなかったし、知られたくなかった。
- 学校にも毎日行っていたので、先生は辛い状況はわからなかったと思う。バスケ部に入って熱中していた。家の嫌なことを忘れられる場所が学校にあって良かった。
- 長期で休んでも家庭訪問もなかった。気に留めたり、助けてくれたりする人は誰もいなかった。

支援について

講師の横山惠子先生は、「ケアが必要な家族がいた

ら、ケアをすることは当然。誇りや自信を感じている子もいます。しかし、子ども自身にケアの責任が負わされている。子どもがケアをしないと家族が成り立たなくなってしまう状態であれば、支援が必要」と言っていました。また、地域全体の環境づくりにも触れられ、子どもが健康に教育を受けられ、子どもらしく過ごすことができる地域にしていくことの必要性を話されました。

そのため、まずは身近に信頼して話せる大人が子どもと一緒に考え、寄り添うことが大切だと話されていました。ヤングケアラー当事者だけでなく家族まるごとの支援を考えることで課題が解決しやすくなると言われていました。

研修を受けての感想

今までヤングケアラーついて名前だけは知っていましたが、研修に参加して具体的に学べました。子どもたちが子どもらしくいられるために、「信頼出来る大人の存在」が必要だと思いました。学んだことを活かして、日々の業務に取り組んでいきます。

（ＹＭＳＮ　渡部恵梨子）

就労継続支援Ｂ型事業所での７年間

～　活動を通して感じたこと　～

岡　　実

はじめに

自己紹介をさせていただきます。私は２０２２年末で、7年間務めた就労継続支援B型事業所を退職しています。

私は現場主義者だと自己評価しています。学生時代にまず関わったのは外国人労働者と寄せ場労働者でした。簡宿街にボランティアで関わりつつ、外国人を支援する民間団体に在職していました。やがて、外国人の人権擁護とは少し違うような個人的な問題解決は、プロワークとして行うべきであり、市民団体は未解決課題の掘り出しや救済制度のない課題の解決、そして施策提言に力点を置くべきだという考えに至りました。そして、ほぼ外国人専門の行政書士事務所を経営の何たるかも分からないまま開業し、見事に失敗したあげくに体調を崩してしまい、救急車で運ばれて胃を半分失うという、無謀なこともやっております。外国人にしても簡宿街の住人さんにしても、日本語での意思疎通に難がある人は多く、おかげで「この人は結局こういうことを言いたいのか」というカンはずいぶん鍛えられました。後でお話しする事業所の仕事でもそれは活きています。

マイノリティと呼ばれる人たちに転々と関わってきた為、私の知見は広くて浅いです。研究紀要に載るような原稿も多い本誌の読者に、私の話が面白いのか心許なさは感じています。「知識や責任は後からついてくる」と若い頃に言われて感銘を受けるような人なので、普通にみんなが思っているような「勉強」は、あまり好きではありません。本当は、こんなこと言っている人こそちゃんと勉強した方がいいのですが･･･。

就労継続支援B型事業所（以下、「B型」）での経験をお話しします。B型とは、雇用契約に基づく就労が困難な障がい者等に、就労や生産活動の機会を提供することを目的として、障害者総合支援法に基づき指定を受けた事業所をいいます。B 型の利用者（働く人）は福祉サービスの利用契約により、たとえばある事業所を利用します。一方「A 型」もあって、ここでは利用者と事業所の契約はほぼ雇用契約に準じます。B 型はもともと地域の障がい者の作業所から始まった事業所も多いですが、今では制度の在り方も設立母体の種別も少し変化しています。

何を考えて仕事していたかの話

B 型は工賃を利用者に支払いますが、その原資は生産活動の売上です。売上は、買ってくれる人（顧客）の存在が前提になります。そのため生産物は「商品として成立していること」、生産活動は「仕事として成立していること」が必要となります。以前は、「障がい者が一生懸命作った物です」と同情ベースで販売していた事業所も少なからずありましたが、「そういうのはやめよう」というのが、少なくとも近年、近隣の同業者間ではトレンド（主流）です。仕事として成立させるには、作業者の正確な作業手順の理解が必須で、それをどう実現するかが大事なテーマです。環境調整や作業分析はジョブコーチの方々にお任せして（実は私も有資格者）、ここではコミュニケーションに軸足を置いていくつか記します。

私が働き始めたころの事業所では、伝達は言葉が中心でした。言葉も「あっち」など、異なる解釈の余地のある代名詞が横行していました。ここでの主業務は広めの工場なので、声も大きくなりがちです。まず手を付けたのは“文字文化”の導入。そして具体的な場所の名前で言うことです。「あっち」じゃなくて「倉庫の中に入って左」とか、「洗面所の右」とかですね。

左右の理解に弱い人もいることを発見して、慣れてもらうなり別の方法を考えるなり、「だめなら次の試行錯誤」もたくさんしました。

そしてみんな、間違っている時だけ怒られ、誉められることがない。これは何もこの事業所だけを批判しているわけではなく、利用者たちが将来働くかもしれない中小零細企業の現実の一端なんですね。怒られながら覚える昭和文化の残滓は今でも根強いです。私はよく人を誉めましたが、その意図は「正しい作業手順や振る舞いの定着」です。特に怒られてばかりいて、正しいときに何も言われないと、利用者はこれでいいのか不安になります。なので、「これでいい」と理解してもらうために誉めます。これは結構、日頃の心構えと反射神経がいりますよ。半面で、危険が予測されるときには全力で怒ります。車両の進行方向に平気で突っ込んでくる人もいますので。

どちらにも言えることは、「明確な言葉」を心がけることです。「はっきり言う」のは「キツイことを怒って言う」のとは違います。逆にですね、「空気を読め」と要求するのは、特に障がい者に対しては暴力に近いのではないのでしょうか。

地域活動の話

事業所の立地する地域は高齢化の進みが速く、町内会などの地域活動の担い手が減少しています。一方、事業所には若い人もたくさんいます。地域ニーズにここが役立てることは何かないか？　これが B 型事業所をベースに私が地域活動を進めてきた動機です。

この事業所の地域では貧困家庭向けの食品配布会が、地区センターなどが事務局を担い、地域住民がボランティアで運営する形で行われています。そこに私はボランティアで参加し始めました。私だけでは面白くも何ともないので、利用者Ａさん（精神障害者手帳を持つ男性です）を誘いました。配布会の準備では寄付された食品の仕分けや袋詰め、中には段ボール運び、テーブルやいすの配置換えなどの力仕事もあり、Ａさんは「力仕事もやってもらって助かる」とみんなに感謝されるようになりました。私が主、Ａさんが従では面白くも何ともともないので、Ａさんには配布会の実行委員会にも参加してもらいました。やがてＡさんだけが事業所の代表みたいに出席するようになり、報告を熱心に LINE で送ってくるようになりました。しめしめ。

事業所では A さんは畑の仕事をしています。筋道立てて話すのが苦手な A さんですが、食品配布会の準備の時でも、野菜作りの話を少しずつするようになりました。実はこの集まりには、地域の顔役が結構そろっています。A さんは知らず知らずのうちにお偉いさんに顔が利くようになってきているのですが、そのうちの一人が事業所で作った野菜を定期的に買ってくれると申し出てくれました。人のために働いていると、たまにはいいこともありますね。今、ちょっとした協働案を地域と事業所との間で進めています。

障がい者はもちろん地域で生きる住民です。だから地域づくりの担い手になれる可能性があります。地域の課題に障害福祉の事業所も関与していけば、障がい者や障害福祉事業所に対する地域の見方もきっと変わっていきます。

おわりに

いつも小走りしていたような７年間でしたが、ちょっと休息がほしくなりました。今は燃え尽き症候群のような状態で少し困っています。事業所の地域活動は、A さんと事業所の職員たちできっとうまくいくでしょう。

私のこの人生はこれからも現場にまみれて転がっていくのでしょうから、何か興味深い事業などがあれば、また参画したくなると思います。

お読みいただきありがとうございます。

被災地・仙台より

人を残すための契機に

～ SST 初級研修 in 気仙沼 ～

片柳　光昭（せんだいＧ＆Ａクリニック）

2023 年が始まった。昨年は新型コロナウイルスの感染が収束することなく過ぎ、さらに、ロシアのウクライナ侵攻、景気後退や物価高など、暗いニュースが続いた 1 年であったと振り返る。筆者自身は、みやぎ心のケアセンターでの勤務地が気仙沼から仙台に移ったことで業務内容が変わり、臨床場面は週末に勤務するせんだい G&A クリニック（以下、当クリニック）に限られるようになった一方で、平日はこれまでのように夜遅くまで忙殺されることはなくなった。ワークライフバランスを考えると大変望ましいことではあるが、東日本大震災後の中長期支援として、気仙沼市、南三陸町の皆さんに受け入れていただき、8 年もの間大変にお世話になったにもかかわらず、この地域に貢献できたり、還元できたりしたものはこれといってないなかで離れてしまったことが心残りでならなかった。―金を残して死ぬのは下だ、事業を残して死ぬのは中だ、人を残して死ぬのは上だ―これは、関東大震災が発生し大きな被害を受けた東京の復興に復興院総裁として尽力した、医師であり政治家である後藤新平が残した言葉である。後藤新平の足下の影にも及ばない筆者ではあるが、離れてしまった今からでも何か残せないだろうか、それも私が残したいものではなく、地域の皆様から残したいと言われるもので応えられるものがないだろうかと常々、頭の中をめぐっていた昨年であった。

そんな中、昨年の後半に「気仙沼で SST の初級研修をやってもらえないか」と、地域の支援者からお声がけを頂いた。そうか、その手があったかと膝を打った。思い起こせば、筆者が気仙沼で仕事を始めてから常々感じていたことの一つは、気仙沼は地理的にも仙台から離れており、また交通も乏しいことから、移動に関して時間や費用などのハードルが高く、学びの機会を得ることが難しい地域であるということであった。新型コロナウイルスがまん延してからはそのハードルがより一層上がってしまったようにも感じていた。そうだとしたら、筆者が気仙沼に行き、SST の初級研修を実施することで地域の支援者に負担なくお越しいただける、そして少しでも人づくりに貢献できたらこれ以上嬉しいことはないと考え、実施に向けて準備を始めることになった。

そして、遂に 2023 年 1 月 8 日（日）、9 日（月）に、気仙沼での初級研修を実施することができた。受講者は 9 名で、そのうち 8 名は、これまでの 8 年間でお世話になった地域の精神科医療機関のスタッフ、就労支援事業所のスタッフ、相談機関のスタッフなどであった。残りの 1 名は今回の研修のために、はるばる横浜から来てくれた支援者であったが、SST というキーワードがお互いの距離感をぐっと近づけてくれたこともあり、冒頭からとても和気あいあいとした雰囲気で研修は進んでいった。話を聞けば、横浜からの支援者も含めて 9 名全員が基本訓練モデルでの SST を実施したことがなく、また実施する予定も具体的にはないが、ぜひ学んでみたいと受講を決めたとのことだった。また 9 人全員が 10 時間研修を受講するのも初めてのことだった。

研修は終始和やかに、そして肯定的なメッセージがここかしこで飛び交う時間となった。研修を通じて、SST の技術の習得はもちろんだが、同じ地域にいる支援者同士での温かく肯定的な交流は、この地域の支援力の向上につながる大きなきっかけになったのではないかと感じた。

研修は無事に終えることができ、9 名全員に修了証書をお渡しすることができた。今回の研修にも参加した、初級研修の実施について最初に声をかけてくれた地域の支援者は「自分も含めて、この地域に一気に 8 名もの SST の初級研修修了者が誕生したって、すごい

ことです！」と笑顔で話してくれた。この地域でSSTのことを話せる仲間、切磋琢磨できる仲間がぐっと増えたのだから、笑顔になるのも当然であろう。そして筆者がこれまで感じていた感謝の気持ちを、ほんの僅かばかりではあるが、研修の実施という形でお伝えできた気がした。人を残すための契機をつくることができたのかもしれない。そう思うと本当に嬉しく、かけがえのない時間となった。

今年は、当クリニックのデイケアにおいてもSSTが実施できるようスタッフへ養成を行う予定である。後藤新平の言葉を改めて心に刻み、今年も精一杯力を尽くして参りたい。

書籍紹介

「ミッドナイト・ライブラリー」　著者：マット・ヘイグ、訳者：朝倉卓也

あの時こうしていれば、あの時こうしていなければ…そんな後悔の経験は誰にもあるのではないか。

世界43カ国で出版され、Ｋ－ＰＯＰの「ＢＴＳ」のメンバーも読んだという本書は、昨年始めに日本語に翻訳された。絶望した主人公ノーラが、人生を終わらせようとした時に不思議な図書館に迷い込み、そこで「過去に選ばなかった人生を体験する」中で、生きることに前向きになっていく姿を描いている。タイムトラベルというよりは、量子力学の考え方に基づく「パラレルワールド」の話である。ノーラは、研究者やアーティストなど様々な“自分”の人生の一部を体験するが、どこでも良いことばかりではない。家族や親友との関係性や彼らの生死も、それぞれの人生によって異なることに、ノーラと一緒に当惑したり、驚いたりしながら読み進めた。その後、一命をとりとめたノーラが現実の世界で取る行動をきっかけに、彼女をとりまく状況は変わっていく。「こうありたいという意思次第で、望んだ結果に近づいていける可能性」をも示唆しているように思えた。

シュレディンガー方程式、ロールシャッハテストなど、もう少し解説を加えた方が良い用語も登場するが、翻訳書としては比較的読みやすいのではないか。

「小さな選択の連続が今後を形成する」と思うと、意識や行動が大切に思えてくる。

人は１日に３万回決断をするらしい。みなさんは、きょう何回決断をしましたか？

（ＹＭＳＮ会員　増田直子）

Irodori

港南子どもゆめワールドに出店
クリスマス会＆打ち上げパーティー

11 月 5 日（土）に、2 年ぶりに開催された「港南子どもゆめワールド」に、Irodori のメンバーと駄菓子屋に来てくれている小学 6 年生の児童と参加しました。

おしゃべりが得意でない子も一生懸命に手作り商品のオススメを伝えている姿がありました。また、いつもふざけてばかりいる子もお菓子を持ってお店の前に立って宣伝して、たくさんのお客さんが来てくれました。

みんなが本当に頑張ったので、商品のお菓子がなくなる事態になりました。急きょ追加の買い出しを 3 回もしましたが、それも完売となりました。売り子さんをしてくれたメンバーの表情はいつもとはちょっと違って、頼もしかったです！！

年末には、バザーの売り上げを使って、打ち上げパーティーも兼ねたクリスマス会をやりました。メニューにローストビーフが買えたことや 2 年ぶりに来てくれた先輩にも会えたこと、プレゼント交換したこと…豪華でにぎやかで楽しい時間でした。　（ＹＭＳＮ渡部恵梨子）

プレジョブ

11 月～12 月は外出プログラム 3 回、畑の収穫作業、動画制作の撮影など屋外での活動が多くありました。

外出のうち 2 回はキャリアの社会見学で会社と就労移行支援事業所に行きました。

どちらも見学だけでなく作業の体験もさせていただけたのが良かったです。

もう 1 回はレクリエーションで鎌倉へ。ボランティアさんも来てくれて、７名で楽しく歩きました。

事前に話し合ったとき「お昼ごはんに海鮮丼を食べたい」と希望が出て、みんなでお店を調べておきました。鶴岡八幡宮と源頼朝のお墓に行ったあと、豪華な海鮮丼を楽しみました。

笹下の畑では秋に植えた野菜が順調に育ち、年末に収穫しました。新じゃがいもは鋤（すき）の使い方を教わりながら掘り起こし、丁寧に土を払い、土の中に残っている芋がないか手で掘って確かめていきます。地上の葉茎を土に埋めて作業終了です。手箕（てみ）という道具がいっぱいになるお芋が出来ました。ブロッコリー（スティックセニョール）、紫とオレンジのカリフラワーなどの色鮮やかな野菜は、カフェのお客様たちからも「すごい！」と言っていただき収穫を楽しみにしていました。

収穫した野菜を調理してお昼に頂きました。プレジョブ生には甘みのある新じゃがが好評で、お代わりもしていました。

最初は何をしていいかわからず立って見ていた人が指示を聞きに行ったり、すぐ疲れてしまっていた人もテキパキと体を動かすようになったり、農業ボランティアを続けて力が付いたことを実感しました。　（ＹＭＳＮ　山口　奈保）

畑のジャガイモ

ブロッコリーとオレンジ・紫カリフラワー

サンドイッチ

駄菓子屋カフェ

バザーでの駄菓子販売

カフェは、小さなストーブと膝掛けを用意してオープンしています。暖かい日は散歩がてら寄って、おしゃべりを楽しんでくださるお客様も。昨年りんごを頂いたので、ジャムを作り提供しています！

駄菓子屋も、子どもたちのコミュニティーのおかげで、だいぶ地域に広がり、駄菓子も少しずつ売れるようになっています。しかし昨年駄菓子の値上げもあり、10 円で売れるお菓子も少なくなってきているのが最近の我々の悩みです。少しでも安く買ってもらえるように、購入先を探すなどあれこれ工夫していますが、なかなか厳しい現状です。子どもたちが少しのお小遣いで買えるように駄菓子貯金箱を設置しています！

（ＹＭＳＮ　吉成広美）

ジョブコーチ

10 月～12 月に 2 名の方へジョブコーチ支援が始まりました。2 名とも以前支援に入らせて頂いた方ですが、転職を機にご本人からの依頼があり、再度入らせて頂いています。支援に入るにあたり企業の方にご承諾を頂かなくてはならないのですが、2 社ともに障害者雇用を多くされていますが、ジョブコーチ制度を利用されたことがありませんでした。支援制度が多くなり、サービスも多種多様になってきていますが、企業の方だけでなく、当事者の方にも伝わりづらくなっていることを感じました。定着支援を行うとともに、その方に合ったサービスを伝えていくことも支援者にとって大切な役割だと改めて感じました。

（ＹＭＳＮ　吉成広美）

ご寄付のお願いと報告

・**会費をいただいた方**（2022. 10.18~1.10）
　・石井有紀、加藤久博、濱中恵子、原直呼、長嶋悦子（以上、敬称略）
・**寄付をいただいた方**（2022. 10.18~1.10）
　・田村貴博、有限会社シェアグリッド、松本まさみ、加藤久博、加瀬昭彦、(税)エクラコンサルティング、蟻塚浩美、横浜市知的障害者育成会、上大岡教会、鈴木玲子、中島契恵子、野末浩之、山口亜紀、佐倉洋、高橋恵、長嶋悦子（以上、敬称略）

・ありがとうございます

・**寄付をお願いいたします。**
・認定NPO法人なので、寄付をいいだけると（所得税40%+住民税10%）最大50%の減税になります。今後ともご協力よろしくお願いいたします。

当事者のためのグループ活動

・就労フォローアップミーティング
　・年1回、OB会の開催
・就労者ＳＳＴ
　・日程　毎月 第１土曜日　　時間　pm. １：00～2：30　　場所　ＹＭＳＮ
・当事者グループ活動

駄菓子屋カフェIrodoriイベント「本の会」「子どもとみんなの食堂」のご案内

・日程　　毎月第２土曜日
・会場　　駄菓子屋カフェIrodori デッキスペース
・「本の会」　11時30分～12時　　赤ちゃんから５～６歳
・「子どもとみんなの食堂」　15時～18時　どなたでも（事前予約）

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

会費を銀行・コンビニATMやネットから振り込む場合の入力方法をご案内します。
振り込み料は４３２円かかりますが、郵便局に行かなくても良いので楽は楽です。
（金融機関名）ゆうちょ銀行　（店名）〇二九
（種別）当座　（口座番号）71607
（名義）ヨコハマメンタルサービスネットワーク

季刊　ＹＭＳＮ情報誌　Ｖｏｌ．１９　Ｎｏ．３
ＹＭＳＮ　第７５号　2023年１月20日発行

年間購読料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
〒234-0052 横浜市港南区笹下 1-7-6
ＴＥＬ　045-841-2179
ＦＡＸ　045-841-2189
http://forest-1.com/ymsn/
e-mail：ymsn@forest-1.com