

京都市こころの健康増進センターだより

33633

O KOKO ROKO O KOKO

P 2 ~ 3

特集 京都市朱雀工房が新しい体制になります。



No.31
2011.11

「ミッドナイト」…川島 直子さんの作品です。



特集 京都市朱雀工房が新しい体制になります。



京都市こころの健康増進センターの3階に、障害福祉サービス事業所「京都市朱雀工房」と地域生活支援センター「なごやかサロン」が併設されています。この2つの施設は、京都市から委託を受けて、社会福祉法人京都光彩の会が平成9年より運営をしています。「京都市朱雀工房」は精神に障害のある方が働く力をつけたり、仕事に向けての訓練を受けたりすることを支援していますが、今年11月から新しい体制に移行することになり、従来の通所授産施設から、障害者自立支援法に規定された就労移行支援と就労継続支援B型になります。また、「なごやかサロン」は精神に障害のある方が地域で暮らしていくための様々な相談にのったり、支援を行っている地域生活支援センターです。

今回は、この「京都市朱雀工房」と「なごやかサロン」についてご紹介します。

京都市朱雀工房

就労移行支援事業…

仕事に就くための体力や集中力・持久力等を高める基礎的作業、施設外での職場体験実習やSST（対人技能訓練）・ビジネスマナー講習などにより、就職への支援を行います。（利用期間：2年間）

就労継続支援事業B型…

箱の組立て・お茶の袋詰め・喫茶などそれぞれのペースに合わせた作業を行います。また、レクレーションなども実施します。（利用期間：定めなし）

利用手続き

TEL連絡

まずはお電話下さい。見学の日程調整などをさせて頂きます。



施設の概要の説明や訓練内容を説明させて頂きます。



2週間の実習

実際に仕事内容や訓練・雰囲気を体験して頂きます。



所内判定会議

実習の内容やご本人の希望を元に事業所内で会議を開きます。



利用申請

お住まいの保健センターで申請手続きをして下さい。



利用開始

申請した保健センターからの支給決定により、利用開始となります。

※時間や日数は個別支援計画に沿って設定させて頂きます。
※利用にあたって、利用料が必要になります。
また、交通費・昼食代は実費となります。

京都府から職業訓練を委託されることもあります。

これまで、

OA基礎科

パソコンの基本技能を身に付ける訓練

介護サービス科

ヘルパー2級取得を目指す訓練
職場実習も行っています。

OA実践科

パソコン技能の応用力を身に付ける訓練

を委託され、実施してきました。

ジョブコーチによる支援

- 障害のある方と一緒に仕事先に出向き、仕事や人間関係に馴染み、定着するための支援を行っています。
- 現在、2名のジョブコーチが在籍しています。

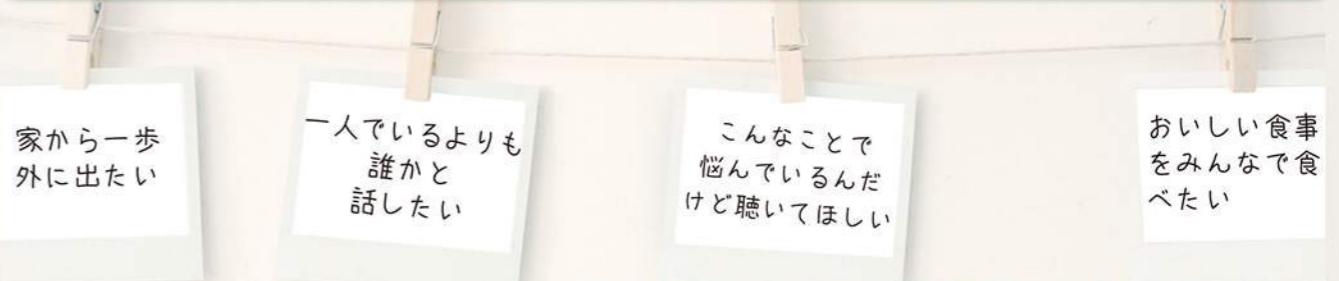
講習会

- 清掃講習会
- ボランティアによるパソコン講習会
- ビジネスマナー講習会
- ジョブガイダンス（就労準備講座）など

こんなことも、
やっています。

地域生活支援センター「なごやかサロン」と連携して生活支援も行っています。

京都市中部精神障害者地域生活支援センター「なごやかサロン」



こんな時に…ちょっと立ち寄ってみませんか？

なごやかサロンはこんなところです

- 電話・面接・訪問等でご相談を受け、助言や支援を行っています。
- 利用される方の活動の場・交流の場として、地域生活を応援しています。
- 京都市精神障害者地域移行支援事業として、地域移行推進員が長期入院の方に対して病院に出向き、それぞれのご希望にそって退院に向けてのお手伝いをしています。

開所日時 月・水・木・金 9:00～20:00

※平日の「なごやかサロン」内の部屋の利用は16:00からとなります。

土・日・祝 9:00～16:00

定休日 毎週火曜日・第3日曜日

問合せ先

社会福祉法人 京都光彩の会

・京都市朱雀工房

TEL:075-314-0835

FAX:075-314-0781

・京都市中部精神障害者地域生活支援センター「なごやかサロン」

TEL:075-314-0377

FAX:075-314-0781

075-315-2240(相談専用)

障害者自立支援法では、精神に障害のある方が就労に向けて訓練するために、以下のような事業があります。

<就労移行支援>

一般企業等への就労を希望する人に一定期間、就労に必要な知識及び能力の向上のために必要な訓練を行います。

<就労継続支援>

一般企業等での就労が困難な人に、働く場を提供するとともに、知識及び能力の向上のために必要な訓練を行います。

A型=雇用型、B型=非雇用型

※6ページに就労継続支援A型の「就労支援センターとも」の事業紹介も掲載しています。

Chat-room

「ひきこもり」について考える家族教室の紹介



相談援助課の仕事

デイ・ケア課の仕事

ここでの健康増進センターでは、「ひきこもり」の問題で悩んでおられるご家族を対象に、家族教室を開催しています。

対象者は京都市内に在住で、ご本人が16歳以上で統合失調症などの精神疾患が原因とは考えられない「ひきこもり」について悩んでいるご家族です。家族教室は年2回開催し、(1クール5回)で開催しています。その内容を紹介します。

講義内容

(例:平成22年度の場合)

①「ひきこもり」とは

精神科医による講義で、ひきこもりの背景にある問題や本人が望んでいる支援などについて。



毎回テーマに沿った講義で家族の学びを深めた後に、ミーティングでは臨床心理士の先生をお招きして、各家族の想いや経過や現在の状況などを皆さんで話しあっています。

②気持ちの感じ取り方 (コミュニケーション)

臨床心理士による講義で、感情とのつきあいかたや、本人への気持ちの寄り添い方について。

③本人の気持ちの理解

ひきこもり当事者による講義で、ひきこもり初期の頃の話から、現在ひきこもり支援機関で働くまでに至った経過などについて。

④利用できるサービスの紹介

京都市内で活躍しているひきこもり支援団体の職員から、具体的な活動内容や参加しているメンバーの様子について。

⑤家族の気持ち

以前に家族教室に参加していたご家族から、同じ想いで悩んでいる気持ちなどについて。

参加者の声

今まで同じ状況を抱える他の家族の方々と関わる機会が無かったので、いろいろ話を聞いて良かったです。当事者の話など毎回違う講師の話など勉強になったと思います。

それぞれの家庭環境や本人の状況は違いますが、一步家から出て家族教室などに参加することで、いろいろな意見も聞けて良かったです。

ここでの健康増進センターでは相談員がお話を聞かせていただいている。まずはお電話ください。

相談電話 075-314-0874

受付時間：月～金曜日 9:00～12:00/13:00～16:00
(祝日及び年末年始除く)
ここでの健康に関する相談を受けています。

また、来所による相談として、面接相談・精神科医による診察<完全予約制>もあります。
まずは相談電話にお電話ください。

「きょう・こころ・ほっとでんわ」

075-321-5560

受付時間：火曜日 9:00～12:00
木曜日 13:00～16:00
(祝日及び年末年始除く)

自死により、身近な人親しい人を失ったつらさ等を傾聴し、気持ちを整理しながら、一緒に考えていきます。

病気とつき合いながら働くには。。。『オープン』と『クローズド』

ここでの健康増進センターのデイ・ケア課では、統合失調症の方を対象とした就労準備デイ・ケアを実施しています。デイ・ケアでは「病気とうまくつき合うセミナー」や「就労・生活セミナー」など、いろいろなプログラムの中で、自分の病気について知り、日常生活や仕事の中で注意すべきことは何かを、みんなで学び考えています。

ここでは、このようなプログラムの中でよく話題になることを取り上げながら、障害を持ちながら働くことについて考えてみましょう。

『オープン』と『クローズド』

働き方には、いろいろな選択肢があります。たとえば正社員として1日8時間働くか、パートタイマーとして4時間働くか、一般企業に就職するか、就労継続支援事業所にするか…このほかに、障害を伝え就職するか(オープン)、それとも障害を伝えずに就職するか(クローズまたはクローズド)という選択があります。

オープンでは「障害があってもOK」という職場にめぐり合うのに時間がかかることがあります。就職後はいろいろな支援を受けやすく、相談もしやすいことから、仕事が続けやすいと思われます。

一方、クローズドでは、一般求人の中から仕事を探すことになるので、一般的にはこちらの方が、仕事の時間や職種などの選択肢は広くなります。しかし、就職後に、病状が悪くなったときやしんどいときに、職場に説明したり相談したりがしにくくなります。また、受診のために休暇をとったり、勤務時間中に服薬したりすることにも気を使う場合があります。

オープンで仕事を探していくても、一般求人の中で仕事内容が自分に合えば、クローズドで就職する場合もあります。自分自身の体力や状態に合わせて、無理のない仕事を選ぶことが大切です。

当デイ・ケアの終了者で就職している人のうち、約7割がオープンでの就職でした。

<オープンでの就職を希望する人の意見>

受診のための時間が取りやすいから。
病気に配慮してもらい、しんどくならない範囲で働きたいから。

<クローズドで就職を希望する人の意見>

責任ある仕事を任せられて、やりがいがあると思うから。
周囲の人に病気のことを知られると、どのように対応されるか分からなくて不安だから。



あなたは就職するとき「オープン」にしますか？「クローズド」にしますか？



ここでの健康増進センター就労準備デイ・ケアでは、統合失調症の方に合わせた就労支援を行っています。関心をお持ちの方は右記までお問合せください。



京都の就労支援施設から

就労支援センターとも概要

就労支援センターとも（以下「とも」という。）は、障害者就労継続支援A型事業所です。労働を通じて、労働に必要な体力、精神力、能力の向上を目指しています。

「とも」利用者一人一人の課題を明確にし、その課題が達成できるよう支援するとともに、企業就職を希望する人には、希望が実現できるように積極的に支援していきます。

業務内容（平成23年度）

- ①コミュニティ嵯峨野（宿泊施設・公共施設2ヶ所・町家の清掃及びベッドメイキング）
- ②サービス（レストランにおけるサービス、洗い場、調理補助）
- ③書籍の管理及び発送
- ④事務補助
- ⑤インターネットオークション出品作業
- ⑥自動販売機の管理
- ⑦農作業
- ⑧その他（物品販売等）

事業所の特徴

- ① 「とも」は、身体障害、知的障害、精神障害の利用者が43名働いています。基本的には障害種別を問いません。
- ② 中心的業務は清掃、ベッドメイキングですが、この業務は年中無休です。従って利用者の皆さんにはシフトにより、働いています。
- ③ 業務に必要な技術や知識・社会生活上のマナー等を身につけるための研修を随時行っています。
- ④ 運営母体は、社会福祉法人全国手話研修センターであり、手話ができる職員が多数います。手話でのコミュニケーションが可能ですので、ろう者の皆さんも安心して働いています。
- ⑤ 利用者自ら「仲間の会」を運営し、懇親会等を計画・実施しています。



利用はハローワークを通じて

「とも」の利用者は、ハローワークを通じて募集しています。お近くのハローワークまたは、京都障害者職業相談室にお問い合わせください。

所在地

〒616-8372
京都市右京区嵯峨天龍寺広道町3番地の4
コミュニティ嵯峨野（JR嵯峨嵐山駅の東隣）
TEL 075-864-6302
FAX 075-864-6303

利用者の声

私が「とも」を選んだ理由は、1つは賃金の面、もう1つは、まだまだ不十分な社会性をここできえたえたいたと思ったことでした。私は今、書籍の管理や発送業務を担当していますが、仕事量や時間的にもちょうど良いと思っています。以前、作業所について、その時は周りが精神の人ばかりだったのですが、ここでは他の障害の方もいて、交流の幅が広がったと感じています。なにより賃金がキチンともらえることで、自分の労働意欲をかき立て、やろうという気持ちになります。（T・Mさん）

バレーボールチーム Le Coeur（ル・クール）からの活動紹介

「障害者スポーツ大会 精神障害者団体競技（バレーボール競技）」は、各都道府県、政令指定都市の代表が各ブロックで競い、国体に合わせた全国大会（全国障害者スポーツ大会）をめざす6人制（内女性1人以上含む）の競技です。ボールはソフトバレーボールを使っています。

京都市の大会は毎年12月に行われる「京（みやこ）ふれあいアタック」です。Le Coeur（ル・クール）（以下「ル・クール」という。）は平成21年の秋にこころの健康増進センター デイ・ケアのOBを中心に当事者だけで活動を始め、そこから京都市内のあらゆる施設へ声をかけたり、同じ考えを持った有志に出会ったりして、今のチームが出来上りました。そして、平成22年に「京（みやこ）ふれあいアタック」初出場初優勝をしました。

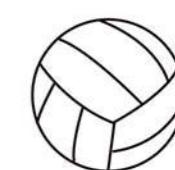
ル・クールとは、京都市バレーボール協会からお招きした監督がつけて下さいました。フランス語で「思いやり」という意味です。バレーボールはボールをつないで、地面に落とさないスポーツで、「思いやり」がないと出来ないという意味が込められています。ル・クールは自助グループです。こういうチームは全国でもいくつかあり、病院などのスタッフの働きかけではなく当事者の有志が中心となって動かしていく形です。

平成23年6月12日に行われた近畿地区予選会に初出場しました。大会直前にルール改正があり、もっと充分に対応した練習をしたかったのですが、フォーメーションや基礎をチームの皆さんと出来る限りの準備をしてのぞみました。優勝チームに敗れはしたものの、相手の背中が見えない程の力の差はない感じることができました。

「スポーツ療法でより活性化を」

スポーツと精神療法には密接な関係があり、試合などがあると調子を崩さない為、体調管理（ダイエット・禁煙）や服薬をしっかりする様になったり競技を通じて連帯感や自信を得る事で、症状の改善が期待できるとのことです。

ある病院ではスポーツを取り入れることで就労された方が格段に増えたそうです。結果、私もバレーボールをすることで、病気を治療するだけでなく私生活も活性化しています。



～参加者の声～

ル・クールでソフトバレーをして信じ合う心ができたことが、プレイをしていて一番の収穫です。練習がおもしろいです。



以前バレーボールをしていた方、体を動かしたい方、一緒にバレーボールをしませんか。全くバレーボールをした事の無い方も是非！（メンバーのほとんどがバレーボール未経験者でした。）

ホームグラウンドは京都市高野障害者スポーツセンターで、参加費は1回100円です。
(見学体験無料) 詳しい練習日程などは連絡先へ



こころここ

けいじばん

センター情報

平成 23 年度アルコールと健康を考えるセミナー

テーマ：「シルバー世代の飲酒について考える
～知っていますか？増えている高齢者のアルコール依存症～」

日 時：平成 23 年 11 月 9 日（水）
午後 1 時 30 分～4 時 30 分

会 場：京都市生涯学習総合センター
(京都アスニー) 第 8 研修室

内 容：講演 (いわくら病院 精神科医師 山崎哲也氏、
安東医院 精神保健福祉士 畠野真木氏、京都府
断酒連合会 理事長 山本忠男氏) 及び活動紹介
と体験談 (京都府断酒連合会・AA・京都マック)

定 員：200 名

問合せ：こころの健康増進センター 相談援助課

☎ 075-314-0355

平成 23 年度若者の薬物問題について考える講演会

日 時：平成 23 年 12 月 5 日（月）
午後 1 時 20 分～4 時 50 分

会 場：立命館大学 衣笠キャンパス
創思館 カンファレンスホール

内 容：講演 (国立精神・神経医療研究センター病院
医師 小林桜児氏、京都ダルク 施設長
加藤武士氏) 及び当事者によるモデルミーティング

定 員：160 名

問合せ：こころの健康増進センター 相談援助課

☎ 075-314-0355

自死遺族・自殺予防こころの相談電話 「きょう・こころ・ほっとでんわ」

自死遺族の孤立を防ぎ、悩みを抱えている人の思いに耳を傾け、相談者の不安を軽減するための専用相談電話です。

相談受付日：毎週（火）午前 9 時～12 時
毎週（木）午後 1 時～4 時
(ただし、祝日及び年末年始を除く)

相談専用電話 **075-321-5560**

※必要に応じて、来所による相談をご利用できます。

こころの健康に関する相談を行っています。

相談受付日：毎週（月）から（金）

午前 9 時～12 時

午後 1 時～4 時

(ただし、祝日及び年末年始を除く)

おはなし

相談専用電話

075-314-0874

※必要に応じて、来所による相談をご利用できます。

街の情報

第 7 回精神障害者バレーボール京都市大会 「京（みやこ）ふれあいアタック」を開催します。

日 時：平成 23 年 12 月 2 日（金）午前 10 時開会

会 場：ハンナリーズアリーナ（京都市体育館）

事務局：こころの健康増進センター デイ・ケア課

☎ 075-314-0510

・参加チーム申込等の詳細については事務局までお問合せください。

・当日はどなたでも試合観戦ができます。

（試合観戦は申込不要 無料）

編集後記

今回の表紙の絵は、～ひろげよう心の襞（ひだ）を～
第 12 回絵画展に出品されました川島直子さんの作品
「ミッドナイト」です。この作品のきっかけは、テレビ
で工藤静香さんのメタモルフォーゼという歌を紹介して
いて、その歌を聞いたことがきっかけになったそうです。
夜の楽しい雰囲気が伝わってきますね。ビルの窓に見え
る楽しそうな人影が、興味をひきます。川島さん本当に
ありがとうございました。

「こころここ No.31」 2011 年 11 月発行
発行：京都市こころの健康増進センター
〒604-8845 京都市中京区壬生東高田町 1 番地の 15
☎ 075-314-0355 FAX 075-314-0504
<http://www.city.kyoto.jp/hokenfukushi/kokenzou/>

