



■第30回 家族のつどい講演会

「当事者の困りごとを紐解く Part2」

第30回 家族のつどいが2月25日、烏山病院リハビリテーションセンターで開催され、93名(うちオンライン参加39名)が参加しました。講演会「当事者の困りごとを紐解く Part2」では、烏山病院デイケアスタッフで公認心理師の横井英樹さんと今井美穂さん、精神保健福祉士の五十嵐美紀さん、作業療法士の水野健さんと川畑啓さん、看護師の佐藤香織さん、ピアスタッフの三堀顕示さん、烏山東風の会の会長・下斗米敬さん、副会長・石山綾子さんが語り合いました。



● 家族を支える大切さ、家族支援の目的



最初に横井さんから家族支援について説明。親は発達障害に気づくことが遅れて成人以降に受診に至ったことを後悔し自責的になったり、本人との関わりの難しさ、相談できる人がいないなど困難を抱えていることが多い。厚労省調査では中高年のひきこもりは60万人といわれ高齢の親が高齢の子を支えている状態ですが、このうち3分の1くらいが発達障害を持っているのではとも言われています。成人の発達障害当事者だけでなく家族の支援が必要という声が高まっています。家族支援の目的は、いくつかあります。家族自身を元気にすることで障害理解が促進され、対応力が向上する。情報提供を受け、将来の見通しを持てるようになる。相談相手を見つけることで、孤立感や不安感が軽減できる。本人の認知やコミュニケーションにも良い影響を与え、親子の適度な距離感など肯定的な側面を引き出すことができます。

● 困りごと① 障害枠で就労できるか



デイケアスタッフはどんな職種であっても就労支援をしています。

就労準備プログラムを担当する川畑さんは、デイケアメンバーの声として「そもそも自分が何ができるかわからない」「どういう働き方がいいかわからない」などを紹介。どのくらいの賃金がいいかという「月給300万円」と答えるなどイメージが持ちにくいといいます。

水野さんは、以前の面接やエントリーですごく辛い体験をしてなかなか就労に気持ちが向いていかず一歩が出ないという人がいるといいます。

下斗米さんの息子は35歳、最初は障害者施設に1年間勤めました。自分自身が障害者であり週何回かの勤務でしたが、勤めるうちに精神的に弱ってしまい退職。以降、家にひきこもりましたが、国の引きこもり支援事業で富士山1合目から頂上まで登る15日間の合宿に参加し、少しずつ元の生活に戻っていきました。その後叔父さんの紹介で庭師の会社で「最初はゴミ拾いからやります」と働き始めました。その会社の社長は大変理解力ある人で、3年後には剪定ができるまで上達しました。その後あつれきを起こすようになり2,3回仕事を変わりましたが、その経験は大変貴重でした。

石山さんの息子は27歳で、ADHDとASDが併存、2次障害の睡眠障害があり、障害年金を受給しています。一人暮らしで派遣の仕事をしています。雇用については「長く働くイメージがわからない」と息子さんは言います。調子の波があり、いいときはすすんで仕事に行くし、物事もとんとん拍子に進んでいくが、悪いときは玄関から出ること自体が辛くなってしまふ。だから長く働くイメージがわからず、派遣やアルバイトで働くという方法をとっていると言います。

五十嵐さんは、就労の知識について説明しました。職業センターやハローワークでは職業準備性(どれくらい仕事の準備が整っているか)が確認されます。7項目(1障害の理解・管理、2規則正しい生活習慣の維持、3社会生活・社会活動の遂行、4コミュニケーション、5基本的労働習慣の確立、6社会・職業ルールを理解、7求職スキルの獲得)あり、個人的に大事だと思うのは1と4。最低限の準備性は必要だが、まずは環境に入ってみていろいろ課題や成果を抽出したほうが良いのではないかと。最低限の準備性を整えるためにもう少し自信を持ちたいのであれば支援機関の利用を検討するとよい。よく利用されるのはKaizenやLITALICOといった就労移行支援事業。他にも訓練機関はさまざまあるのでデイケアスタッフに相談してみたり、障害者就業・生活支援センターの利用も検討したらよいでしょう。障害就労は一定規模の民間企業は法定雇用率である2.3%、障害を持つ人を雇用しなければならないという法律があります。発達障害は精神障害の枠に入ります。毎年6月1日現在で、企業など事業主はハローワークに報告し2.3%を満たしていない企業は罰金を払わないといけません。

一般雇用、障害雇用のメリットとデメリットですが、一般雇用のメリットは選べる職種や求人数が多い、雇用条件がいい、キャリアアップしやすいなどがあり、デメリットは障害理解・配慮が得られにくく、苦手な業務や残業をせざるを得ないこともあります。障害雇用のメリットは障害理解・配慮が得られやすく、定着率がよい。定着・訪問支援が得られることが一番大きなメリットで烏山病院ではデイケアスタッフの訪問があります。障害雇用のデメリットは首都圏では事務職が多いことや雇用条件については妥協しなくてはいけないことです。

雇用形態はいろいろあり、企業内障害雇用はほかの社員と同じ環境で、モチベーションを維持しやすく、スキルアップが図れますが、すべての社員の理解が得られるわけではない。障害雇用特例子会社は民間企業が設立した障害者の雇用に配慮した子会社です。心理職等の専門職の配置をしておき、業務が体系化しています。就労継続支援A型は雇用型で支援・訓練を受けながら働くことができ、最低賃金が保証されます。さまざまな職種があるが求人数が少ない。就労継続支援B型は非雇用型で工賃が支給されます。作業が多く利用者の年齢層が高い。

横井さんは、具体的に就労活動を始める時はデイケアスタッフに相談してくださいと言います。どんなことがやりたいかなかなか自分ではわからないかもしれないがまず実習を試みる。実習をする企業は多い。実習で企業は発達障害のある人との接し方を学べるメリットがあり、当事者は体験を積むことができます。

●困りごと②親の老後、自分の老後

水野さんはデイケアメンバーの討論テーマとして親の老後や自分の老後がよく出てくると言います。親の介護が必要になったり、親が亡くなることは未知のことであり、不安がある。自分ですべてやらなくてはならないし、親族とバランスを取っていた親が亡くなった後が不安と

います。どのくらい大変か、何をしなくてはいけないか想像しにくい。自分自身の能力の低下、物忘れ、体力低下がうまくカバーできないといった相談を受けるそうです。

ピアスタッフの三堀さんは、2017年に母が他界し両親とも失うことになりました。その頃うつがひどくなり動けない状態の中で相続税申告期限は10カ月だが2年かかってしまいました。世帯分離した姉がいて生活保護を利用していたが、その姉から手続きが遅いとクレームが入ったが何をやったらいいかわからない。まず税理士に連絡し、つぎに司法書士に連絡し土地を売却しました。母が他界してから6年経ったがまだ祭祀相続、お墓のことが残っています。

佐藤さんはデイケアでは人に相談することを練習しており、ショートステイを利用してから関わる人が増えてきて自分から困ったことを発信できるようになったメンバーがいるといいます。横井さんは自宅に支援者が入るのを嫌がる人がいるが、自分が外へ出て行ってつながり増やすことが大事と指摘。下斗米さんは息子とコミュニケーション図るためカウンセラーを月1回、父母当事者3人で利用し10年近く続けましたが大変役立ちました。以前住んでいた区ではカウンセリングを無料で行うことができました。

● 困りごと③兄弟姉妹との関係維持



川畑さんは、きょうだいは当事者の支えになっており、親との関係が悪くなったときに俯瞰的に見てくれたり、日常的に交流があるわけではなくてもトラブルがあったときに助けになるといいます。下斗米さんの息子が相談する人は姉です。親に隠れて飲みに行ったりして相談しているようです。親はなかなかコミュニケーション図るのが難しいが、親とは違う視点で話す人がいると親が気持ち的に楽になるので子どもが他人とどのくらい話しているのか注意を払っています。石山さんは女子会でよく出る話として、自分と他のきょうだいを比べて落ち込んでしまい見るのもつらい、お互いがよりよく生きるためにはどのような対応がいいか悩みが出されるそうです。

横井さんは自分が自分でいいという自信が持てない、減点法という認知の癖が小さな頃から染みつくとおさら変えにくいと指摘。認知行動療法を月曜午前のプログラムで取り入れ、こうした考えを少しでも修正していこうということをやっており、できるところを評価しあまりできていないところには目をつけないようにしていると紹介しました。

今井さんは、きょうだい間に挟まれて苦しくなってしまう、関係性の維持のためにずっと一緒にいると全員が苦しくなってしまうので、おじいちゃんおばあちゃんの家に一泊行って距離を置く時間を取るなど、物理的な距離を取ることも大事だといっています。

● 困りごと④結婚・パートナー・子どもとの関係



横井さんは土曜日のデイケアにはけっこう既婚者がおり悩みとして、親やきょうだいに理解されないためにパートナーを巻き込んでしまう、家族を楽しませるのがどうということかわからない、親が障害を認めず「甘えだ」「気合が足りない」などと言う、親自身の発達特性が強い、などの声を紹介。家族とトラブルが起きると黙ってしまいコミュニケーションが進まなくなってしまう傾向を指摘。対処法として言葉ではなく、メモを使ったり、特性を理解している第三者に介入してもらうことを説明。家族病理が得意なクリニックを紹介することもあるといっています。

水野さんは、当事者本人はプログラムで自己理解力が進むと、自分の特性や相手のことがよくわかってくる一方、親などに特性があるとわかってくれないことがあると説明しました。

横井さんは、結婚に至るケースとして、ASD特性の真面目さ、深掘りするところ、こだわりの部分、が魅力に見えるところがあり、そういうところに親和性の高い人がカップルになっているのだろう話します。石山さんは障害者がパートナー持つということについて、息子は考え

られない、自分のことで精いっぱいといいます。障害を持つ人が結婚し子どももいるグループホームは聞いたことなく、時代が追いついていない、と語りました。

下斗米さんは、結婚について発達障害の3つの特性は、社会性、こだわり、コミュニケーションだが、結婚で一番重要なことはパートナーに対する思いやりであり、これは3つの中に入っていないし、どんな特性があっても結婚できると思う、と語りました。(m.n)

■「烏山東風の会」今後のスケジュール ■

■家族相談会 5月17日(水) 6月21日(水) 午後1時30分～午後4時
烏山病院 発達障害医療研究所デイルーム

専門家ではありませんが、同じ親の立場として家族会世話人がお話をお伺いします。

■烏山東風の会女子会 5月27日(土) 午後1時30分～午後4時
烏山病院 リハビリテーションセンター

■世話人会 5月27日(土) 6月24日(土) 午後1時半から
会員の方の見学、ご参加をお待ちしています。

◇講演会/相談会/女子会/世話人会の申し込み・お問合せ先

：「烏山東風の会」携帯 080-3009-1200 kochinokai@au.com

：「烏山東風の会」ホームページ：<https://www.kochinokai.com> お問い合わせコーナー



■ 会費振込のお願い ■

この会報誌は「烏山東風の会」に入会している方にお配りしています。4月より新しい年度になりましたので、新年度の会費につきまして1年分6000円、または半年分3000円を、以下のいずれかの銀行口座にお振り込みいただくようお願い申し上げます。

① 三菱UFJ銀行 永福町支店 (普) 0106550
「烏山東風の会 会計 黒田邦夫」

② ゆうちょ銀行 記号・番号：10000-29576521 「烏山東風の会」

お問い合わせ：黒田邦夫 090-4173-7604



テイケア通信

私は火曜日に行われる就労準備というプログラムに参加しています。その名の通り就労に必要な様々なスキルを身につけるプログラムです。ビジネスマナーや怒りのコントロールや体調の自己管理を学ぶことが多いです。自分の病気や特性をしっかり理解し自己管理すること・対人関係を構築する力をつけることが、簿記や英語などの知識より重要であることを学びました。

最近、倉庫の整理・バーコードリーダーの操作・食堂の清掃・パソコン業務を疑似体験しました。私は、倉庫の整理を共同で行うときに何をすればいいのかをつかめなかったり、清掃をどこまですべきかをつかめなかったりしました。しかし、パソコン操作はてきぱきできました。私は、一般事務に意外と向いているのかもしれないと思いました。

今後は、デイケアの中で共同作業をする力を磨いていきたいです。(S.R)

