

# 精神障害のある方の雇用を考える

## ④いろいろな立場の人がいるからこそ社会は支えられている

今回が、本シリーズ「精神障害のある方の雇用を考える」の最後の記事になります。これまで、①精神疾患・心の病・精神障害とは？では、誰もがかかる可能性のある慢性病ということ、治療と周囲のサポートで回復すること、を述べました。②新たなチャレンジ・働く力につけること、では、就労移行支援事業所の紹介と働くことの意味について述べました。③当事者の思い、会社の思いでは、筆者の勤める就労移行支援事業所（創）C.A.Cでの体験談を当事者と企業の立場から紹介しました。今号では、最終号ということもあり、「精神障害などその他様々な事情を抱えて働き、社会を支えること」について、私の考えをもう少しお話ししたいと思います。

**「働くこと」とは社会のプロセスに参加し、人生に必要ないろいろなものを享受すること**

私自身、「働く」ことを支援していると多くのことを学び考えさせられます。「働く」とは、就職し与えられた業務を遂行する、という単純な行為ではありません。



「働く」の中には、生活の糧や仕事の役割の遂行だけでなく、それを通じて社会人として成長し、スキルを身につけ、やりがいを感じ、多くの人とつながる等、人生が内包されています。

私たちの生活には、自分の力だけで作ったものは何一つありません。食べ物、生活雑貨、衣料品や住居も、ひとつひとつの製品には、各会社や多くの人の創意工夫と努力、膨大な苦労の時間、資金、人々の役に立ちたいという使命感など、これらが「働く」要素が詰まっています。そこには大勢の人の手がかけられ、完成までのドラマがあります。

例えば一着のTシャツがあります。それができるには綿花を栽培する農家、収穫したものを糸にし、布に加工する人、布をデザインする人、デザインを染色し量産する人、それを広告する人、販売する人など、一着のTシャツができるまでには何百何千という多くの人の手が関わっています。私たちは、働くことによって、これらのプロセスに参加し、社会を学び、成長し、自分の世界を広げることができる

のです。

このように製品やシステム、サービスを、自分を含めたたくさんの人たちがつながり合い協力して創り上げ、私



たちは豊かな社会を享受できています。しかし、それだけではなく、私たちはそのプロセスに参加することによって、生活の質や精神的豊かさも享受しているのです。

### 私たちの体と共生社会は似ている

実は私たちの生命も同じなのです。私たちの日常はICT環境にどっぷり浸かっています。インターネットでの膨大な情報、SNS、楽しい刺激に満ちた動画やゲームなど「脳」への過剰な刺激や情報で、頭でっかちになり体をいたわることも忘れてしまいます。しかし毎日の活動を支えているのは、私たちの生物としての体です。自分の意識とはまったく無関係に、体中の何兆とある細胞がそれぞれの役割でつながり、協力し合って働いています。摂取した食物を分子レベルまでに消化分解し、無毒化し、各臓器まで運び、不要なものを排出し、規則的に鼓動し生命を保っているのです。古くなった細胞は消滅し、新しい細胞が日々生まれ、私たちの体を作っています。



このように、自分を支えている個々の細胞の役割と同じように、人は、いろいろな人との協働活動を通じて小さな役割を担い、他の人を少しでも支ようと思い、自分も支えられていることに感謝する、そのことが、必ずや自分の人生や仕事に反映され人との温かいつながりとともに豊かな実りが社会全体に広がるものと思っております。

### 社会参加で豊かな社会生活に

「働くこと」や何らかの社会参加によって社会との関係性がより豊かになり、人生も変化します。学生生活や会社で働いている中で精神疾患にかかり、あるいは発達障害という生きづらさを抱え、療養な



どで自宅にて何年か過ごすことになるとどうなるでしょうか。友人や職場の人との関係も取りづらくなります。家族に対しても罪悪感や疎外感を抱くようになります。

何もしていないことを気にかけてしまい、日中も外に出られず、近隣や親戚などともかかわりを避けるようになります。病状よりも、社会的、経済的そして精神的に非常に苦しい状況におかれてしまうのです。

しかし、体調を整えるためのリハビリを行い障害とつきあう工夫ができるようになると、就職し働くようになると、人との関係も前向きになれるようになります。旧友に出会っても自分が何をしているのかを話すことができ、避ける必要もありません。家族も本人の働く姿に喜びを感じ、気持ちも明るくなります。働くようになり家族との関係がとてもよくなったりお話される方も多いです。そのような周囲との関係が、本人の気持ちを明るくし、自己治癒力も向上していきます。



### 働くことが最大のリハビリ

実は、働くようになって障害が軽減、改善され体調も安定するようになった、とおっしゃる方がたくさんいらっしゃいます。働くことによって、生活のリズムを保ち、休まないよう体調管理に気を配ります。一人の社会人として期待された役割があり、自分の居場所があり、責任を求められ、生活の糧を得られることが人にとてどんなに大切で心の支えに

なることか。目立つ役割もあれば、地味で目立たない役割もあるでしょう。どんな役割でも「働く」ことによって、人のつながりや支え合いが広がり、社会や自分を生かす豊かな力となっていく大切さ、それは障害があってもなくても変わらないことだと思っております。

健康で優秀な人でも、職場が厳しく疲弊するような環境であれば心身の病気になってしまいます。それは社会の損失です。しかし慢性疾患（例えば精神疾患、糖尿病、リウマチ、ガンその他）や障害がある場合、職場環境が自分に合ってさえすれば、体調を維持し働き続けることができます。職場の戦力として社会を支える存在になっているのです。

いい環境と出会うこと、いい環境を作るということが、いかに人を安定させ力を發揮させることができるかということを実感しております。精神障害があっても、それぞれ職場とのいいご縁にめぐりあい、生き生きと働き続けていらっしゃる方はたくさんいらっしゃいます。



4回に渡るシリーズをお読みいただき、ありがとうございます。精神障害について少しでもご理解いただけましたら幸いに存じます。双方にとっていいご縁となりますよう、私たち支援者もお手伝いいたします。どうぞよろしくお願い申し上げます。



## 北岡 祐子

### 【プロフィール】

医療法人尚生会 就労移行支援事業（創）シー・エー・シー 所長

\*精神保健福祉士（精神障害のある方への生活支援、就労支援の仕事に携わり25年）

\*一般社団法人兵庫県精神保健福祉士協会 会長

### 【著作】

- ・「暮らす・働く・日々がS S T」前田ケイ・安西信雄編『本人・家族のためのS S T実践ガイド こころの科学』日本評論社。
- ・「職場開拓と職場定着支援—精神障害をもつ方の一般就労を実現するために—』『精神科臨床サービス 第9巻2号』星和書店
- ・「就労移行支援事業所における支援の実際』『新版 就業支援ハンドブック』独立行政法人高齢・障害・求職者雇用支援機構
- ・『精神・発達障害者雇用支援ガイドブック』 一般財団法人兵庫県雇用開発協会 編集委員

