

# 就労準備支援室だより

あいネット就労準備支援室では、仕事やコミュニケーション、生活リズム等に不安にある方へのご相談や講座、プログラムを実施しています。就労準備支援室から、講座、就労支援プログラム、職業体験やボランティアの説明、相談員の活動報告等をお届けします。講座のスケジュール等、詳細な活動については、就労準備支援室通信<スクラム>をご覧ください。

## 講座

### 実になる勉強会-難病患者として生きて-

2022.10/27

ゲストに山尾敏一氏をお迎えし、幼少期からの経験から現在の思いを伺いました。山尾氏は、高校の社会科教員として定年まで勤務される一方、持病(シャルコ・マリー・トゥース病)の患者団体で活動されてきました。

時折質問や会話を交えながら、参加された皆さんが真剣にお話に参加されている様子が印象的で、山尾氏が伝えてくださったメッセージが、皆さんの心にしっかり届いているようでした。貴重なお時間を聞かせていただきありがとうございました。

今後も参加される皆さんにさまざまな経験や知識を知る機会となる、実になる講座にしたいと考えています。



## 講座

### ちよいスポ at 柏ふるさと公園

2022.11/4

ちよいスポで柏ふるさと公園へ行ってきました！天気にも恵まれ、参加者とスタッフ合わせて9名の大所帯で出発。散歩やバドミントン、フリスビーの簡単なスポーツ、シャボン玉など、それぞれが思い思いに過ごしました。

ところどころ紅葉も始まり、広大な公園での散歩をふらりと楽しまれたようでした。青空の下でのスポーツは汗をかくくらい心身ともに暖まる時間となりました。

また、希望者は満天の湯の足湯に出かけて、ほっこり一息されました。体を動かすことに抵抗のあった方からも「楽しかった」と感想があり、皆さんにとって良い気分転換となったようでした。



毎日発行！

スクラムも、ぜひご覧ください！

## 就労体験



### 柏染谷農場稲刈り

2022.9/28

当日は、さわやかな青空の下、小学生の稲刈り体験の後、コンバインでの脱穀作業のお手伝いをさせていただきました。農業の面白さ素晴らしさ、お米の大切さを感じて頂けるように体験の場も学校や保育園・幼稚園に提供されています。

現在、農業をやる人が減っている中、日本の農業を守っていききたいので応援願いますと染谷社長様より言葉も頂きました。ご協力頂きました柏染谷農場の皆様ありがとうございました。



2022 年度第 3 号

2022.12.20/No.183

## 目次

重層的支援会議 大・中会議 合同会議 報告	1
フードドライブ 報告	2
千葉県生活困窮者自立支援制度従事者研修報告/支援者のためのゲートキーパー養成研修報告	3
就労準備支援室だより	4

## 報告 ①

柏市では 2022 年度より重層的支援体制整備事業を実施しています。

今回は大・中会議を合同で開催し、大会議ではまず本事業の受付を担う柏市地域生活支援センターあいネットより今年度の取り組みについて報告を行いました。改めて本事業の骨格について説明し、これまで行ってきた事業説明や周知活動、(重層的支援会議)小会議の実施報告、小会議を踏まえての変化や課題についての話がありました。

続いて柏市社会福祉協議会より来年度に向けての進め方について提案を行いました。先進事例として宮崎県三股町の取り組みを挙げながら、相談支援の先の出口として期待される参加支援や地域づくりに力を入れていきたいという話がありました。

中会議では、グループに分かれてワールドカフェ方式で重層的支援体制整備事業について意見交換を行いました。まだ始まったばかりの制度であることから、柏市役所各課や各相談支援機関における率直な意見や感想を出し合い、よりよい運用に向けて必要なことを挙げていきました。

本事業では各相談支援機関や市役所各課との連携が非常に重要になります。今回のように一堂に会し顔の見える関係を築くことにより、より使いやすい制度への第一歩となったのではないかと思います。

令和 4 年度  
重層的支援会議 大・中会議 合同会議  
2022.12/1

### ●大会議

市全体の福祉課題を共有し、今後の福祉政策の立案や既存の政策に対する意見交換・改善に向けた会議です。

### ●中会議

市内を 4 エリア(北部、中央部、南部、東部)に分け、「小会議」(重層的支援会議及び支援会議)で挙げた事例を元にエリア毎の支援状況や地域課題を共有する会議です。

柏市地域生活支援センターあいネットでは、柏市から委託を受け、障害の有無や年齢に問わず、生活でお困りの方の福祉に関するご相談をお受けしています。広報誌「じんけんぼん」では、日々の相談員の活動や報告を中心にお届けしています。ご相談いただくみなさん、関わりを持っていただくみなさんにあいネットを身近に感じていただければうれしいです。

柏市地域生活支援センター



あいネット



## 就労準備支援事業のご利用について



働くことや仕事さがしに不安等がある方に、面談や訪問にて相談を聞かせていただいた上で、就労に関するサポートを行います。日中の生活リズムの見直し、応募書類の確認、就労見学・体験の調整、就労プログラムや講座の実施等を行っています。

柏市内にお住まいの方を対象としています。利用は無料、秘密は厳守します。まずは、あいネットにご相談いただき、お話を聞かせてください。

他にも例えばこんな  
プログラム・講座があります！

### パソコン講座

それぞれのご希望に合わせてパソコンの基礎から丁寧に教えます。初心者の方も安心してご参加ください。

### あいネット CAFE

お茶やコーヒー等、飲み物を持ち寄って、ざっくばらんにお話ししましょう。

## フードドライブ事業

フードドライブとは、ご家庭で余っている食品などを寄付募集する運動のことであり、集めた食品を福祉施設や団体、困窮する世帯、個人等に無償で提供する活動をフードバンク活動といえます。

この事業は、食べられるのに捨てられてしまう食料と、食べる物がなくて困っている人達の間の橋渡しの役割を担っています。また、新型コロナウイルスの影響で、経済的な苦境にあるひとり親世帯の支援になればと、不足している粉ミルクや紙おむつなど、より必要な方へ必要な物資が提供できるよう募集を行いました。

あいネットでは常時食料品の寄付受付を行っています。もしご家庭で余っている食品がありましたらお持ちください。皆さまのご協力をお待ちしております。

- ご注意いただきたい点
  - ・賞味期限が2ヶ月以上あるもの
  - ・常温で保存が可能なもの
  - ・未開封であるもの
  - ・破損で中身が出ていないもの
  - ・お米は前年度産までのもの
- \*詳しくはあいネットまでお問い合わせください。

2022.10/29  
at 松葉町近隣センター

松葉町地域ふるさと協議会主催の松葉町文化祭併設フードドライブに行きました。松葉地区民生委員・児童委員協議会のご協力のもと、カップラーメン・調味料・ドリンク・お菓子等たくさんの温かいご寄付を頂きありがとうございました。



2022.11/12・13  
at ラコルタ柏フェスティバル

ラコルタ柏フェスティバルでは、地域の皆様から多くの食料品のご寄付を頂き、食べ物を必要とする方への温かい想いに触れることができました。またフードバンクの取り組みを知って頂く機会にもなりました。今後も、地域の皆様で支える支援の輪を広げていけたら良いなと思っています。



2022.10/15・16  
at 柏市リサイクルプラザリボン館

新型コロナウイルス感染症対策を万全にするなか、フードバンクの活動を来場者の皆様にご協力いただくこと、そしてフードドライブ<食品の回収>にご協力いただくために、柏市リサイクルプラザリボン館のイベントに参加いたしました。

初日の朝はたくさんの来場者の熱気に包まれ、「この清算前の荷物、預かって！」と言われるほど大盛況でした。会場も落ち着いてきた頃、フードバンクの存在に興味を持たれ、「こういうのあるのね」「初めて見たわ」「良いわね」。そして嬉しいことに「今度持ってくるわ」と声をかけてくださる方がたくさんいらっしゃいました。食べられるのに捨てられてしまう食べ物と、食べる物がなくて困っている人達の間の橋渡しの役割であるフードバンクをもっとたくさんの方々に知っていただきたいと強く感じたイベントでした。



2022.11/19・20  
at アリオ柏

二日間にわたり、アリオ柏にてフードドライブを開催いたしました。週末のアリオ柏は家族連れでにぎわっており、特におむつやミルクの寄付先があることに興味を持ったご夫婦からの質問を受けました。多くの方が集まるショッピングセンターで、フードドライブ事業を広く周知できたイベントでした。



令和4年度  
千葉県生活困窮者自立支援制度従事者研修  
2022.11/30.12/7・8

本研修は生活困窮者自立支援法に基づき、複合的な課題を有する生活困窮者に対し包括的な支援が適切に行えるよう専門性を高める事を目的に、国が主催し一部県が開催しています。今年は1日目はオンライン、2日目、3日目は千葉県庁にて行われました。千葉県内約40名の相談支援員、就労支援員、家計改善支援員等の参加がありました。

1日目は生活困窮者自立支援事業における、就労準備支援、家計改善支援、子どもの学習・生活支援、一時生活支援の各任意事業の取り組み等の事例発表、2日目・3日目は個別支援の事例検討が行われました。また、社会資源を活用した支援や一般企業の福祉支援の取り組み等の講義をお聞きし、それを課題にグループワークを行いました。

グループ内では都市部や郡部、地域によって支援人員や使える社会資源に違いがある中で8050問題、ひきこもり等それぞれの立場からの経験や意見を出し合いました。現場での工夫やアイデアを共有することができ、大変、有意義でした。地域やチームでの連携の重要性を感じました。また、若年層の生活には欠かせないSNS等を活用した支援についても話題にあがりました。実際の支援活用には課題が多くありそうです。今回の研修で多角度から頂いたたくさんの良い情報やアイデアを柏市でも活かしていきたいと思いました。

令和4年度  
支援者のためのゲートキーパー養成研修  
2022.10/2・10

### 〇1 回目-基礎編-

NPO 法人メンタルレスキュー協会、MR インストラクター南 幸恵さんを講師に（基礎編）日本の自殺の現状、ゲートキーパーとは、について研修がおこなわれました。

自殺とは、本人が選択した行為ではなく、うつ状態の一つの症状であり、うつとは脳が疲労している状態とのお話しでした。

うつ状態になっている方、自殺の危機にある方は、何も考えられなくなっている状態で、複数の問題を抱えるケースでは、平均して4つくらいの問題を同時に抱えていることが多いので、問題や課題を整理し、必要な支援者や相談機関へ「つなぐ」。支援者や相談機関で支えることが重要とのことでした。

### 〇2 回目-支援者向け-

NPO メンタルレスキュー協会理事長/元自衛隊メンタル教官 下園 壮太さんを講師に、当事者と関わる際のアプローチについて研修が行われました。

日本財団のデータによると、4人に1人が「死にたい」気持ちを経験しているとのこと。現代のうつの典型パターンは、①環境の変化（感情が動く）→ストレス疲労の蓄積（気づかないうちに溜まった疲労）→うつ状態（訳のわからなさ）。②情報化社会（SNS）→感情の消耗→ストレス疲労の蓄積→うつ状態。となるそうで、感情が動くことは、かなりのエネルギーを使うので、楽しいことでも環境の変化から見るとストレスになるとのお話しでした。まずは「休養」が大事とのことでした。

また、うつになると、最初は相談していても、問題解決のアドバイスを聞き、動けなさいいけない。辛い、動けない。その結果、相談をしなくなってきてしまうので、まずは支援者が味方になること。全部聞く（無視をしない）・考えや感じ方を責めない、変えようとしな（否定、攻撃しない）・動けと言わない・全部の気持ちに配慮、尊重することが大切とのことでした。

また、死にたい気持ちへの支援は、支援者自身が負担を感じることも少なくありません。支援者が1人で抱え込まず、心理的負担を軽減させる手段を実践し、心の健康を管理することも必要ということでした。

自殺を考えてしまうほど追い込まれている方が、他人に悩みを打ち明けることは容易ではないと思います。私たち相談員は、そんな方々が発信するサインに気づき、寄り添い、味方になり、安心できるよう努めてまいります。

### 「ゲートキーパー」とは？

悩みや自殺の危険を示すサインに気づき、適切な支援<気づき・声をかけ・話を聞いて・必要な支援につなげて・見守る>ができる人のことで、「命の門番」とも位置付けられています。