

皆さんは「合理的配慮」という言葉をお聞きになったことがありますか。
平成 28 年 4 月 1 日に障害者差別解消法が施行されました。この法律では障がいのある人に対して必要な配慮となる「合理的配慮」を行わないことが、「差別」だとされています。

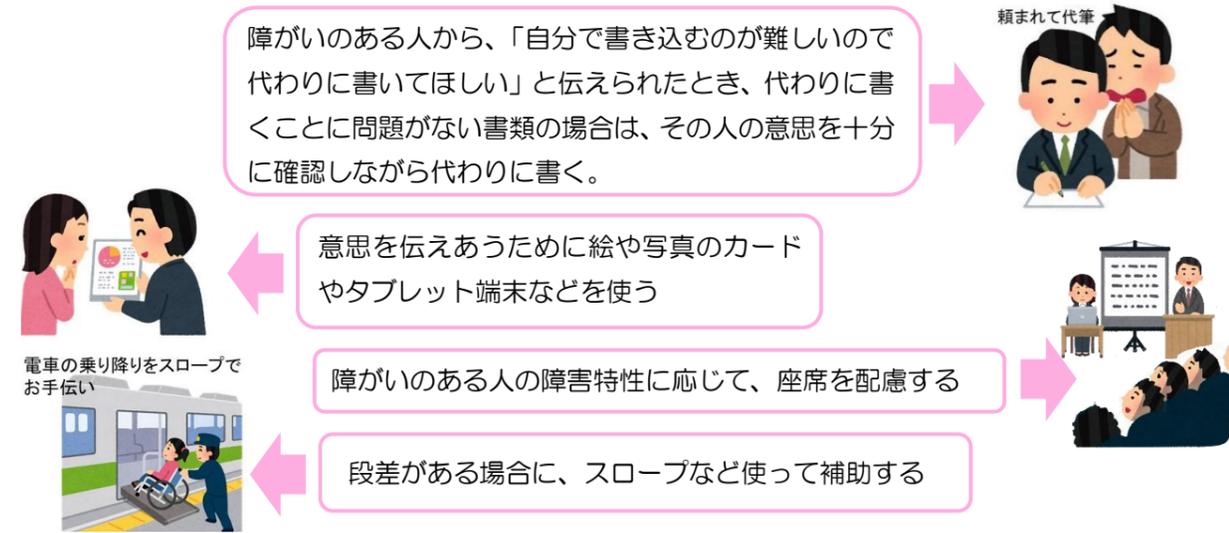
合理的配慮とは、障がいのある人から社会の中にあるバリアを取り除くために何らかの対応を必要としているとの意思が伝えられたときに負担が重すぎない範囲で対応すること(事業所においては、対応に努めること)が求められるものです。

私たち一人ひとりが障がいを持つことによる生活の不便さを知り、お互いに少しでもサポートし合うことができれば、障がいのある人もない人も住みよい地域になるのではないのでしょうか。

詳しくは、内閣府のホームページにリーフレットがありますので、検索してみてください。

障害者差別解消法 内閣府 検索

＜合理的配慮の具体例＞



—発行にあたって—

「アーモンド」は、障がいのある方が住みやすい地域になるための体制を整備する事業の一つとして、地域住民に向けて発行する機関紙です。

障がいとは何か、障がいのある方の生活や、必要とする支援とはどのようなものかをお伝えることで、障がいに対する理解を広めることを目的としています。より多くの地域住民の方々に障がいについて知っていただくことで、障がいや病気の有無にかかわらず、皆さんが生活しやすい地域になればと考えています。

発行元： 社会福祉法人長久福祉会 地域活動支援センターかが
(石川県加賀市百々町 81 番地 1)
地域活動支援センター機能強化事業
発行日： 令和 3 年 3 月
問い合わせ先： 地域活動支援センターかが (担当：山田)
TEL 0761-72-7779
FAX 0761-72-7030

気になったことや感想があれば、
問い合わせ先まで
お気軽にご連絡下さい♪

アーモンドでは、加賀こころの病院の先生方に協力を得ながら、毎号「こころの病気について」一つ一つの疾病ごとに紹介していきます。

こころの病気は、本人が苦しんでいても、周囲からはわかりにくいという特徴があります。そのため、気づかぬうちに無理なことをさせたり、傷つけたり、症状を悪化させているかもしれません。私たちみんながこころの病気を正しく理解することはとても大切です。精神疾患により医療機関にかかっている患者数は、全国で平成 26 年は 392 万人、平成 29 年は 419 万人と、大幅に増加しています。内訳としては、多いものから、うつ病、統合失調症、不安障害、認知症となっております。

第 10 号からは 4 回に分け、「気分障害」を取り上げています。3 回目の今回は「気分障害の治療方法」です。

執筆者紹介

織田 忠明 先生 (加賀こころの病院 医師)

昭和 37 年 1 月 8 日生まれ (同じ誕生日の有名人：小泉純一郎、蛭原徹、田村亮、金正恩)
福井医科大学 (現福井大学) 医学部を卒業し同大学精神医学教室に入局。福井医科大学医学部附属病院、福井県内の精神科病院に勤務。加賀こころの病院には平成 5 年 5 月～同 6 年 4 月、平成 7 年 6 月～現在まで勤務している。 精神保健指定医、精神科専門医、精神科専門医制度指導医



第 3 回 気分障害の治療方法

気分障害の治療について、今回はうつ病治療のお話をします。

うつ病治療の基本は「休養」「薬物療法」「精神療法 (心理的治療)」です。

責任感の強い患者さんは、仕事を休んだり家事をやらなかったりすることは悪いことだと思い、なかなか休みをとろうとしませんが、精神的にも身体的にもストレスがかかった状態では十分な治療効果は期待できません。うつ病の治療では薬物療法と並行して十分な休養をとることが大切です。

うつ病は脳神経の一部の機能が正常に働かなくなることによって症状が現れると考えられています。薬物療法の中心となる抗うつ薬は脳神経の病的部位に作用して、意欲や不安といった感情に関与している神経伝達物質 (セロトニン、ノルアドレナリンなど) のバランスの乱れを調整する作用をもっています。神経情報伝達物質のバランスが整うことで、患者さんのこころとからだに意欲や活力がスムーズに伝達されるようになります。また症状に合わせて抗不安薬、睡眠薬、気分安定薬などが使用されます。

精神療法は主にうつ病の再燃・再発予防を目的とします。認知行動療法は、うつ病の患者さんによくみられる「否定的な思考パターン」を客観的に整理し、「より柔軟な思考パターン」にしていこうというものです。

それ以外に、電気けいれん療法、反復経頭蓋磁気刺激法、高照度光療法などを行うことがあります。

事業所紹介コーナー

今回は、動橋町にあります「社会福祉法人幸徳園」を紹介します。幸徳園では、就労継続支援B型、生活介護、放課後等デイサービス、日中一時支援など、多岐にわたるサービスを提供しています。また、第10号では、グループホーム「ユニゾン」の取材をさせて頂きました。今回は、主に就労継続支援B型について、掛山施設長と、サービス管理責任者の南さんに対応していただきました。



○事業所の概要

社会福祉法人 幸徳園

住所：加賀市動橋町リ-1 番地

開所時間：月～金 9:00～16:00

土（繁忙期など）9:00～12:00

休日：土、日、GW、お盆、年末年始

定員：38名

平均利用者数：34～5名

最年少：20歳

最年長：73歳

平均年齢：45～6歳

（令和3年2月現在）

どのような作業を行っていますか？

菓子箱折り、漆器の仕事、ボン菓子などのお菓子の製造、ペレットストーブの燃料の袋詰めを行っています。また、施設外就労で、にこにこパークやスポーツセンター、片山津地区会館の清掃、他にも農福連携でJA小松からトマトの袋詰め作業をいただいています。

作業工賃はいくらくらいですか？

時給制+能力給です。平均工賃は22,000円くらいになります。がんばって作業する方で、月に40,000円くらいの収入を得ている方もいます。



箱折り作業



箱折り作業



トマトの袋詰め



施設外就労
（にこにこパーク清掃）



創作活動の様子

コロナ禍の状況で取り組んだ工夫はありますか？

新型コロナウイルスの影響で箱折りの作業が入らなくなりました。そのため、何かできる活動はないか考え、地域貢献のために近隣の草むしりを始めました。その様子を新聞社に取材してもらい、記事を見た漆器会社から新しい作業をもらうことができました。他にも仕事の依頼がありましたが、結局はできない作業もありました。

他にもマスク作りを行い、地域に配ろうと思いましたが、逆にいただくこともありました。

マスクは配らなかったのですが、これからも地域とのつながりは大切にしたいと思います。

行事、レクリエーションは行っていますか？

クラブ活動（健康クラブ、創作活動）を行っています。作業以外の楽しい活動を行うことによって気分転換になり、メリハリが付き作業のモチベーションも上がったように思います。

また、毎年ふれあい祭りを開催していましたが、今年度は新型コロナウイルス感染予防対策のため、開催を見送りました。そのかわりにふれあい文化祭を行い、普段の作業や活動の映像の様子を映像にし、利用者、家族に見てもらいました。少人数で時間帯も限られていましたが、新しいかたちで雰囲気を見ていただき、皆さんにも喜んでいただけたと思います。



創作活動の作品



生活介護スペース

退所にステップアップした方はいますか？

以前は何名かお菓子工場などに就職する方もいましたが、最近はいません。一般就労に向けた支援はしていくつもりです。

就労継続支援B型とは

障がいのある一般就労が困難な方が、雇用契約を結ばずに軽作業を行い、就労に向けた準備を行うサービスです。自分の体調に合わせたペースで作業ができます。

お問い合わせ先 社会福祉法人 幸徳園

TEL：0761-74-1609

FAX：0761-74-1022

URL：https://kotokuen.jimdo.com

e-mail：koutokuen@kagacable.ne.jp

コラムのコーナー

～コラムのコーナーでは、当事者の声や、日常生活などをお届けします。～



「私の一日」パートⅡ

北市 外美恵



私はミニガーデンを持っています。アパート暮らしの分際で？そう、8畳と6畳の二間暮らしの分際で、毎日ウキウキ大満足のいくミニガーデンです。それは、大小6つのプランターと12個の植木鉢というミニガーデンです。そこには色々な草花と、四季折々の野菜が入っています。

まずは4月から6月頃まで鉢からあふれんばかりの花が咲くペイフラワー、ピンクと白のアツツ桜2株、ひよろひよろと背の高い都忘れ、デデンと八重の花をつける新種のゼラニウム、今から期待のマリーゴールド、花いっぱいカーネーション他、花期の終わったロードシクラメン、今から育つ友禅菊など、数々の花に、水菜、大根菜、春菊、小松菜の葉物野菜に、ミニトマト、赤と黄のパプリカ、ミックスレタスと大菜園に毎日楽しく暮らしています。

まず朝に、この花々に精一杯の愛を告白しています。「きれいだよ、愛してるよ、もっともっと花をつけてネ!!」とお願いをしています。

ただ一つ心配なのは、大家さんの顔色です。でも今のところは苦情はなしです。一緒のアパートの住人達も、花を見て楽しんで(?)くれています。近所のおばあちゃんともこの花のご縁で色々お話をするようになりました。これからは四季折々の花たちと、楽しい日々を送りたいと思います。花々に感謝して私の一日です。

