



横浜 SSJ ニュース

第 38 号

2024 年 4 月 25 日 発行

発行：横浜 SSJ（特定非営利活動法人 横浜市精神障がい者就労支援事業会）

〒 232-0022 横浜市内南区高根町 3-17-12 KS ビル 6F

TEL：045-315-2622 FAX：045-315-2623

発行責任者：理事長 勝澤 昭

編集：広報委員会

印刷：すきっぷ阪東橋

震災から学ぶ

久保山・戸塚事業所施設長 野尻 哲哉

今年も穏やかな年にしたいと思っていた年始早々、石川県能登半島地震が発生し 2024 年は日本列島を揺るがす波乱の年明けとなってしまいました。被害を受けられた地域の方々、ご家族に心からお見舞い申し上げます。そして 1 日も早い復旧・復興をお祈りいたします。

蘇ったのは 2011 年に起きた東日本大震災の事。当時私は高齢者のデイサービス事業所に勤務しておりましたが、震災後に事業所のサービスが復旧するまで 1 か月以上の期間がかかっていたと記憶しています。電力供給不足に対応する為の計画停電により、調理場・トイレ・入浴・エレベーター等が制限されてしまい、利用者の方々が安心して通所する事が難しくなっていました。生活の一部になっていた福祉サービスが突然機能を失ってしまい、利用する本人はもちろん、ご家族にとっても先の見えない不安を感じていた事と思います。そうした不安を少しでも解消できるよう、計画停電の隙間を縫って短時間だけでも利用できるように受け入れ態勢を整えていきました。当初は安全が確保され、これまでのサービスが完全に再開するまではお休みするという利用者側の希望が多かったのですが、「入浴も食事も無くていい、皆とカラオケさえできればいい」「預かって頂けるだけで良いので少しでも通わせてほしい」「家に居るより友人に会って話がしたい」といった声が次第に多くなっていきました。閑散としていたデイルームに人が集まり始め、少しずつ笑顔が戻ってくる様子を目の当たりにし、事業再開を迅速に行い利用者の居場所を提供する必要性を実感していました。

令和 6 年度、障害福祉サービス事業所でも BCP（業務継続計画）の作成が義務化となります。災害が発生した場合であっても、利用者に対して必要なサービスが安定的・継続的に提供できる体制を構築する仕組みですが、日本では東日本大震災で多くの企業が被災し、倒産に至った経緯などから、BCP による対策が改めて注目され始めました。私自身 2011 年の震災の直後、事業を再開するにあたり何をどう進めていくのが最善かわからず、頭を悩ませていました。それと同時に居場所を失った利用者が多くの不安と不自由を被る姿も見てきました。こうした思いを繰り返さない為に常日頃から準備を万全にし、整えておくことが必要なのだと痛感していた事を覚えています。

久保山・戸塚事業所の従業員が今働いている場所は、職員と彼らが 1 から築き上げ、地道な働きが認められた上に成り立っている雇用場です。そこは職場であり彼らが存在し、持っている力を発揮できる居場所でもあります。有事があっても速やかに事業を復旧・継続できる体制を築き、従業員・職員の安全と、大切な居場所を守っていきたくと強く思います。

グループホーム

「SSJ白根」 開所



ようやく、当法人として2館目のグループホームが、3月に開所いたしました。場所は旭区白根です。お一人お一人が、生活できるアパート型タイプのグループホームです。各方面からバスも出ております。鶴ヶ峰駅から約20分かかりますが徒歩も可能です。ゆっくりと過ごせる閑静な住宅街にあります。

1Fは、居室が3つと共有スペースとなるリビングと職員事務室があります。
2Fは、居室が5つあります。
居室は、ミニキッチンと風呂、トイレ、洗濯置き場のある1Kのお部屋です。

グループホームは、共同生活の場です。入居者それぞれが個々の生活をしながら、時には入居者同士助け合い、必要に応じて職員が入居者皆様の支援サポートをして、皆が安心して「ここで生活できて良かった。」と思えるような場所にしていきたいと思います。

「SSJ 鶴ヶ峰」4年目を迎えました。

現在7名の方が入居されています。開所してから、昨年5月までは、コロナ禍で行動制限があり、思うような活動が出来ない状態でしたが、昨年、11月12日、入居者5名、職員4名で横浜市防災センターへ行きました。防災用品、防災対策など分かりやすく説明を受けました。初めて地震体験をされた方は5名いて「こんなに凄い揺れで、つかまっていけないと倒れてしまうくらい怖かった。」と言っていました。

SSJ 鶴ヶ峰では、ミーティングを通して避難場所の確認や常備している水や食料の使い方を行っています。今年、元旦に能登半島に地震がありました。日頃から地震に備え、安心して過ごせるようにしたいと思います。

新人紹介

横浜 SSJ に新しい仲間が加わりました！



長所：
前向きなところ

ワークショップメンバーズ
あらい あかね
荒井 茜

短所：
めんどくさがりなところ

長所：
明るいところ



SSJ 鶴ヶ峰
うちだ あきこ
内田 章子

長所：人の顔と名前
を覚えることが得意、
落ち着いているように
見られる



短所：
おっちょこちょい、
すぐ落ち込む

北部事業所
わかやま めい
若山 芽生

Q. 休日の過ごし方は？

A. 公園や海など、とりあえず外に
います。

Q. 仕事で大変なこと

A. 色々な作業が毎日入ってくる中
で、納品日や作業状況を考えなが
ら振り分けていくこと

Q. 気持ちの切り替え方

A. ぼーっと海を眺めるか、寝たら
すっきりします

初めての経験が多く、毎日が楽
しいです♪

コツコツと着実に仕事をおぼえ
ていきたいと思っています。ご
迷惑をおかけすることもあるか
と思いますが、ご指導よろしく
お願いいたします

短所：
心配性なところ

Q. 休日の過ごし方は？

A. 本当は好きなだけゴロゴロ寝て
いたい！けれど、息子と遊んだり
出かけたりしています。

Q. 仕事で大変なこと

A. 分からないことだらけで右往左
往していますが、いつもメンバ
ーさんやスタッフに優しく教えて
いただいています。

Q. 気持ちの切り替え方

A. 人と話することで、自分の気
持ちを整理しています。

就労支援の現場で働くことは初め
てなので、ベテランのみさんの
足を引っ張らないように、少な
くともお役に立てるように、頑張り
たいと思います。よろしくお願い
いたします。

Q. 休日の過ごし方は？

A. 好きな音楽を聴きながら大量の
アイロンがけ。犬との散歩。

Q. 仕事で大変なこと

A. 体力勝負！

Q. 気持ちの切り替え方

A. 母と弾丸トーク（笑）

短所：やり遂げな
いと気がすまない

長所：
正直すぎる



SSJ 鶴ヶ峰
のだ ようこ
野田 陽子

Q. 休日の過ごし方は？

A. 家事、犬と遊ぶ、読書

Q. 仕事で大変なこと

A. 仕事内容を覚える事

Q. 気持ちの切り替え方

A. 海外ドラマを観てリセット、
本を読んで気持ちを満たす

1 月に入職致しました。先輩職員
の方々と仲良く、時に厳しくご指
導頂きたいと思っています。また、
入居者様の名前と顔を覚えて頑張
ります。よろしくお願い致します。

法人内研修を行いました

本部事務局

「横浜 SSJ 卒業生による座談会 企業就労 ぶっちゃけトークを聞いてみよう！」

一般企業へ就職された当法人の OG・OB を招いての座談会を、2023 年 11 月 1 日に SSJ 会議室にて開催いたしました。予想よりも観覧者が増え 47 名も参加し、研修委員が想像するよりも当事者の方々が知りたいと考えられていることを感じました。登壇者の方々は予想以上の人数に緊張された様子でしたが、まずは当初予定の話に率直に丁寧話してくださり質疑応答も活発に行われました。参加者からは、一般就労へはもちろんのこと日々の過ごし方へのモチベーションになり、またあったら参加したいと良い反響が多くありました。内容は、個人的なことも多く詳細は伝えられず残念ですが、大事なことから共通話されていたのは①誰でも良いので相談相手を確認すること、②障害に関係なくチャレンジしてみる、③今あることを精一杯すること、と挙げられていました。

来年度以降、障がい者雇用の週 20 時間の壁が週 10 時間に変更され、色々な生活の可能性が増えてきています。参加者や話を聞いた方が、抱え込まないで楽しく先々を考え過ぎていただけると幸いです。

北部事業所 中澤

「障害年金勉強会」

2024 年 1 月 25 日（木）に障害年金勉強会を開催しました。当日は「みなと横浜社会保険労務士事務所」社会保険労務士の福田康雄先生を講師にお招きし、2 時間の限られた時間ではありましたが、障害年金受給についてのノウハウや更新手続きの注意点などをご講義いただきました。勉強会には、SSJ の職員、久保山・戸塚・北部斎場の従業員、B 型事業所のメンバー、外部機関の相談員さんや当事者・ご家族など総勢 37 名の方にご

参加いただきました。年金受給中の方もこれから受給を考えている方にも大変勉強になる内容で、皆さん真剣な表情で先生のお話を聞き、質問の時間には大勢の方からの質問が飛び交いました。

また、今年度は研修委員会主催の研修をいくつか開催してまいりました。今回の障害年金勉強会も含め、「こんな研修をやってほしい！」と、皆様からいただいた研修アンケートの声や日頃の声から実際に形になった研修もありました。来年度も皆様からの声を形にできるよう研修委員一同頑張ります。



ジョブアシスト横浜 三上景子

調理プログラム&ソフトボールレクを行いました

北部事業所

『作って食べ隊』

12月4日に調理プログラム『作って食べ隊』を開催しました。『作って食べ隊』は十日市場のすぐ近くにある事務所に参加者みんなでメニューを考え、買い出し、調理を行い食事をするプログラムです。今回はすき



焼きを作りました。1kgを超えるお肉とたっぷりの野菜を従業員3名、職員2名の計5名でほぼすべて食べきりました。

入職して初めてのプログラム参加でしたが、従業員の皆さんと一緒に調理して豪華なすき焼きランチを食べることができて、とても楽しかったです！寒くなってきた12月にふさわしく、あたたまっておいしいプログラムになりました。

「ソフトボールプログラム」

12月11日には、若葉台にある球場を借りてソフトボールプログラムを実施しました。記録的に長く続いた暑さや8月から増加していた火葬件数も少し落ち着き、忙しい数か月を駆け抜けてようやく開催できた本プログラムには、北部事業所から職員含め10人、ジョブワークから5人が参加し、バッティングやキャッチボールを行いました。

今回のソフトボールプログラム後すぐの勤務日には、筋肉痛に悩まされる声も聞こえたものの、感想を伺うと笑顔で「楽しかったですよ！」と当日の様子を教えてください、うれしい気持ちになりました。このように楽しい機会を今後も作っていきけるよう、日々の仕事も頑張ります！





新型コロナウイルス感染症が第5類に移行され、12/29（金）にジョブワークで久しぶりの忘年会が開催されました。コロナ禍によって活動の自粛を余儀なくされていましたが、およそ3年ぶりに開催が決まると、何を食べようかと迷われたり、「この日のために作業頑張れます！」とお声をいただくなど、多くの方から反響をいただき、当日は32名の方が参加されました。

今回予約したのは、横浜ポルタから直結したところにある崎陽軒本店・亜利巴”巴”（アリババ）というランチバイキング形式のレストラン。レストラン内を見渡すと中華料理をはじめ、洋食や和食、スイーツなど様々なメニューが並んでいました。豊富なメニューの中でも1番の好評はやはり崎陽軒のシウマイ。中には30個食べた方もいらっしゃいました。「普段、作業場で話したことがない人とも話せたので楽しかったです！」との声も。



しばらく料理を楽しんだ後は、メンバー、職員ともに、思い出などを話しながら、1年間を振り返っていました。中でも、漢字1文字で今年1年を振り返ると…という話題で盛り上がりました。ワークショップメンバーズに入って一歩進んだ「進」、学ぶことの多い1年だった「学」、ダイエットの「計」…。久々に制約のないコロナ禍前のような雰囲気、楽しい時間を過ごすことができました。

皆様にとって、2023年はどんな年だったでしょうか？そして、2024年はどんな年にしたいですか？今年もジョブアシスト横浜、ワークショップメンバーズをどうぞよろしくお願いいたします。

ワークショップメンバーズ 粕谷悠斗



忘年会レクを開催しました！

すきっぷ関内・阪東橋

昨年 12 月 28 日に桜木町ワシントンホテルですきっぷ合同忘年会を開催しました！

前回のレク終了後から「次は忘年会とかどうだろう」との声が上がり、事前にアンケートを実施し皆さんが寄せて下さったアイデアからホテルのランチバイキングに決まりました。

当日会場に着くと和・中・洋といったいろいろな料理が並んでおり、色合いと香りが食欲をそそります。皆さんそれぞれ好きな料理を楽しみ、1 時間ほどしたところでメンバーと職員が一人ずつ自己紹介をしました。普段交流する機会が無かったり、事業所の分化によって関わりが減ってしまったメンバーが一堂に会し、交流も深められたのではないかと思います。心も体も満たされ、「またここにレクで来たいね。」との声も！今後も定期的に企画していきます！



新年会を開催しました！

久保山事業所

久保山の新年会は、みなとみらいのワシントンホテルのビュッフェ！

19 人の参加でした。数年前は伊勢佐木長者町のワシントンホテルを数回、利用しましたが、みなとみらいは初めてでした。景色も良く、みなさん、お腹いっぱい食べました！戸塚は 3 月を予定しています！

従業員さんに 2024 年、どんな年にしたいか漢字一文字で表してもらいました。

みなさん、同じ字がほぼ被ることなく様々です！

勝 笑 安 頑 良 健 幸 挑 忍 穩 躍
実 未 誠 立 春 福 愛 今 喜 人





今年も始まってもう約4か月…時はあっという間に過ぎますね。あ、年始に立てた今年の目標って何だった？
新年度の始まりということで「2024年の目標」について思い出していただき、あらためて語っていただきました!!
今回も原稿を寄せてくださった方々、ありがとうございます—————す!!!

2024 年の目標

自分は戸塚斎場売店を12年間働いて、今年13年目になります。
いろいろ考えてきましたが、自分の人生なので、一般就労を目標として飛躍の年にしたいです。
横浜SSJは長く在籍しています。これまで関わって下さった方々に感謝して良い年にしたいです。
これからもよろしくお願いします。

久保山 戸塚事業所 梶原 実

『声』2024年の目標『ホップ・ステップ・ジャンプ!!』

今回は1年の目標という事もありすきっぷの皆さんからいただきました!

●細くなる(ダイエット) ●毎日のラジオ体操を続けたい ●すきっぷで頑張りたい ●考え方に柔軟性を持ちたい ●就職をする! ●もう1日来所する日を増やしたい ●安定した生活を送る ●実習を頑張る ●休まず遅刻せず安定した通所 ●色々チャレンジしたい(料理教室・運動) ●午後も安定して作業したい等々

すきっぷ関内・阪東橋より

「2024年の目標」

私の2024年の目標は、色々な人と関わって、多くのことを学び挑戦することです。レクリエーションや地域の催し物に参加していきたい。私の趣味である編み物等物作りのサークルなどを探して仲間を増やしていきたいです。仕事など何事も新しいことに一歩踏み出して積極的に進んでいきたいです。SSJに入って色々な仕事を経験してきましたが、私にとってやりがいのある仕事に就けて嬉しいです。これからも一層頑張っていきたいです。

ワークショップメンバーズ 窪田靖世

今後の目標について（福祉的就労から一般就労へ転職する前に）

私は 2022 年の 4 月入社して同じ年の 10 月に意気込みにこちらの紙面で挨拶しました川嶋五郎です。お陰様で今年 1 月に一般就労への内定が決まりました。思えばこちらを初めて利用するときは本当に続けて就労できるのだろうか？不安で一杯でした。しかし、この作業所で皆様にお仕事以外でも色々な社会マナーを学ぶことが出来て本当に良かったと思っています。当初はコミュニケーションがとりづらくて困りましたが、なんとか慣れてきて様々な課題を取り組みました。そして、おかげさまで、2023 年の 12 月に一般就労の企業様から内定を頂く事ができました。ただ…それでも解決できてない課題あり今後は以下 3 点の課題と自分の工夫をこの紙面に書いて目標をお話したいと思います。

1, 机を丸く拭いて汚れが四隅目立つ

私は長年のクセで机を四隅含めて綺麗に拭くことが出来ませんでした。そんな時に合理的な配慮頂き机を四隅まで拭くことができるようになりました。原因は自分で無意識に丸く拭いてしまっていました。そこで合理的な配慮として新しい癖付けを指導頂きました。おかげで机丸く拭いてしまっても四隅に残る汚れは最後の仕上げで四隅を四角く拭くことを意識して汚れの目立ちが綺麗になる改善が出来るようになってきました。今後の目標としては自分の弱点であるクセに絶望せず新しい癖をつけることで乗り越えていきたいと思いました。

2, 報告がなかなかできなくて忘れる。

僕はこの発達障害の特徴が病院で分かるまで、報告そのものを忘れるクセがありました。原因は後で報告しようとして忘れていました。そこで、日報かく時にメモ帳開いて確認する習慣を身に付けていきました。結果、報告忘れが先月に比べると驚くほど減りました。今後の目標としては日報を書く時には、手書きメモを開く習慣を継続して報告忘れを減らしていくことを目指します。

3, 時間の自己管理が理解することが難しい

今後も課題ですが…自分の作業に集中しすぎて周りが見えず休憩時間を忘れ、ノルマの時間を忘れてしまします。そのため現在も認知行動療法や当事者研究会の当事者のアドバイスをもとに試行錯誤の最中です。原因は焦りやパニックではないかと考えられます。あとは無理が把握できてないことも考えられると同じ発達障害の特徴をもつ当事者の先輩からコメントお言葉頂きました。今後の目標としては自分で困難を抱え込まないようにしたいと考えています。具体的には、他にもいい方法ないか？自助会や当事者研究会で交流や情報交換をして、より多くの発達障害の特徴をもつ先輩からアドバイスいただき自分で困難を抱え込まないようにしたいと考えています。

以上が 3 点の課題と今後の目標についてお話してみました。皆様の参考になれば幸いです。長文になりましたが、最後まで読んで下さり誠にありがとうございました。そして、約 1 年と 9 か月お世話になりました。



北部事業所 川嶋五郎

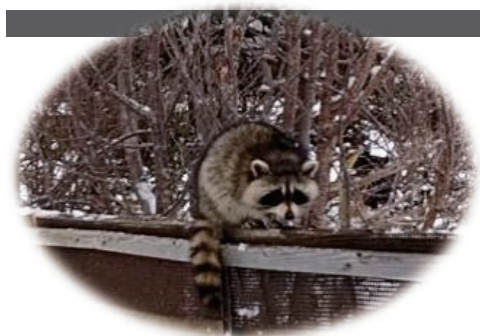
2023 年度 会費納入報告

個人会員 50 人
法人会員 25 人
賛助会員 4 人

いつもありがとうございます。
精神保健福祉向上のため大切にに使わせていただきます。

編集後記

一昨年 9 月に北海道から引っ越し、昨年 4 月から横浜 SSJ の職員として仲間に入
れて頂き、早くも 1 年が経とうとしている事に驚いています。横浜に引っ越しをした
後良かった事を 1 つ挙げるとすると、冬の雪かきが無くなり腰痛に悩まなくなった
事です。この時期は湿布と腰痛ベルトと仲良しだったのを考えると、大変嬉しいです。
一方この冬北海道の実家ではアライグマが出没しています。



すきっぷ 能勢