

今回、オーナー登録者の対象者に「働く」についてアンケートを行いました。
59名の方からアンケートをいただき、集計をした結果を報告致します。

表1

	20代	30代	40代	50代	未回答
全体	9	23	21	5	1
男性	3	15	19	4	0
女性	6	8	2	1	0

表 1

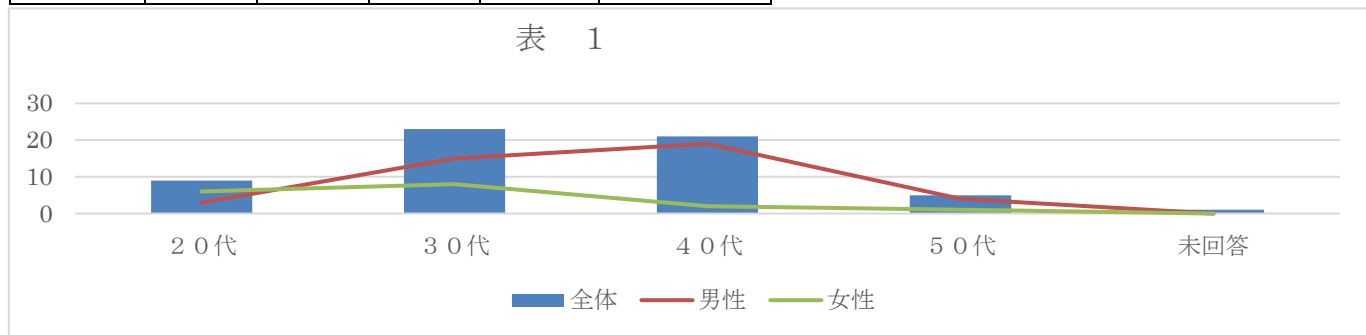


表 2 障害別

	統合失調症	発達障害	知的	てんかん	双極性	うつ	摂食	その他
全体	30	9	1	1	4	8	2	4
男性	23	7	0	1	3	6	0	2
女性	7	2	1	0	1	2	2	2

表 2 障害別

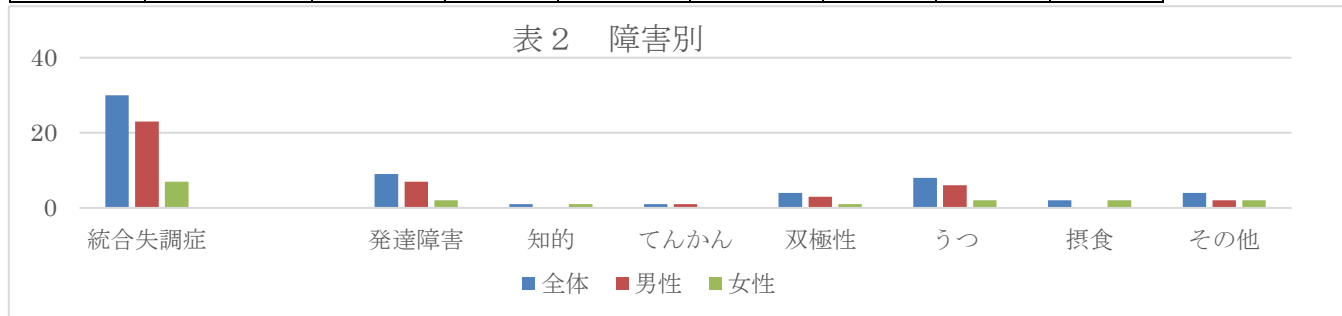


表3 職種別

	軽作業	事務	清掃	清掃・軽作業	清掃・軽作業・事務	事務・清掃	その他	未解答
全体	9	24	11	2	1	1	10	1
男性	9	17	8	1	1	1	4	0
女性	0	7	3	1	1	1	4	0

表 3 職種別

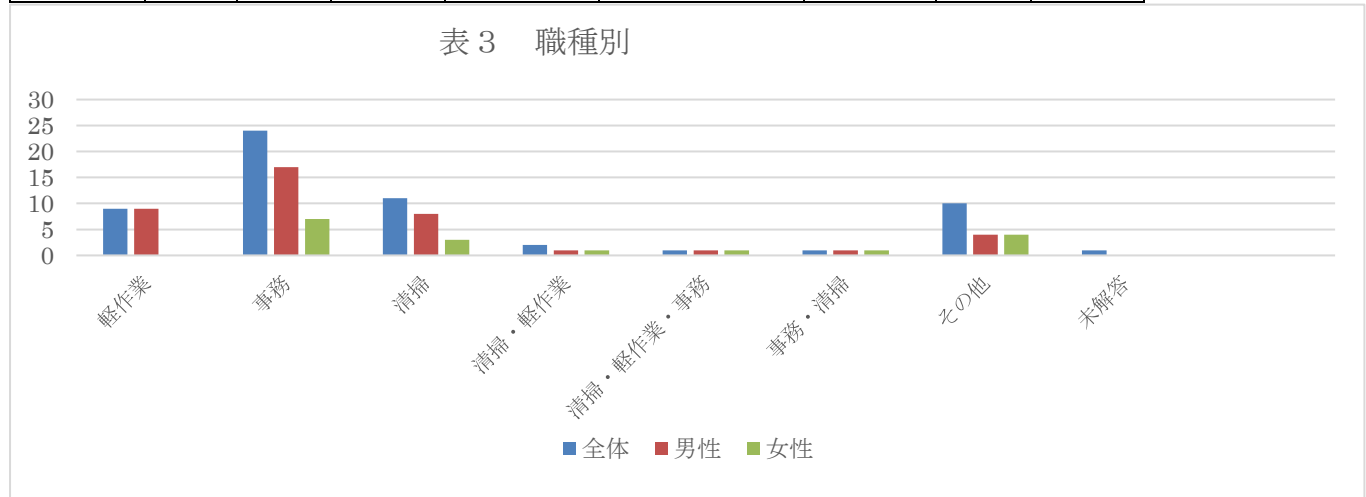


表4 勤続年数

	軽作業	事務	清掃	清掃・軽作業	清掃・軽作業・事務	事務・清掃	その他	未回答
一年未満	0	3	3	0	1	0	2	0
3年未満	2	8	3	2	0	0	5	0
3年以上	7	13	5	0	0	1	3	1

表4 勤続年数

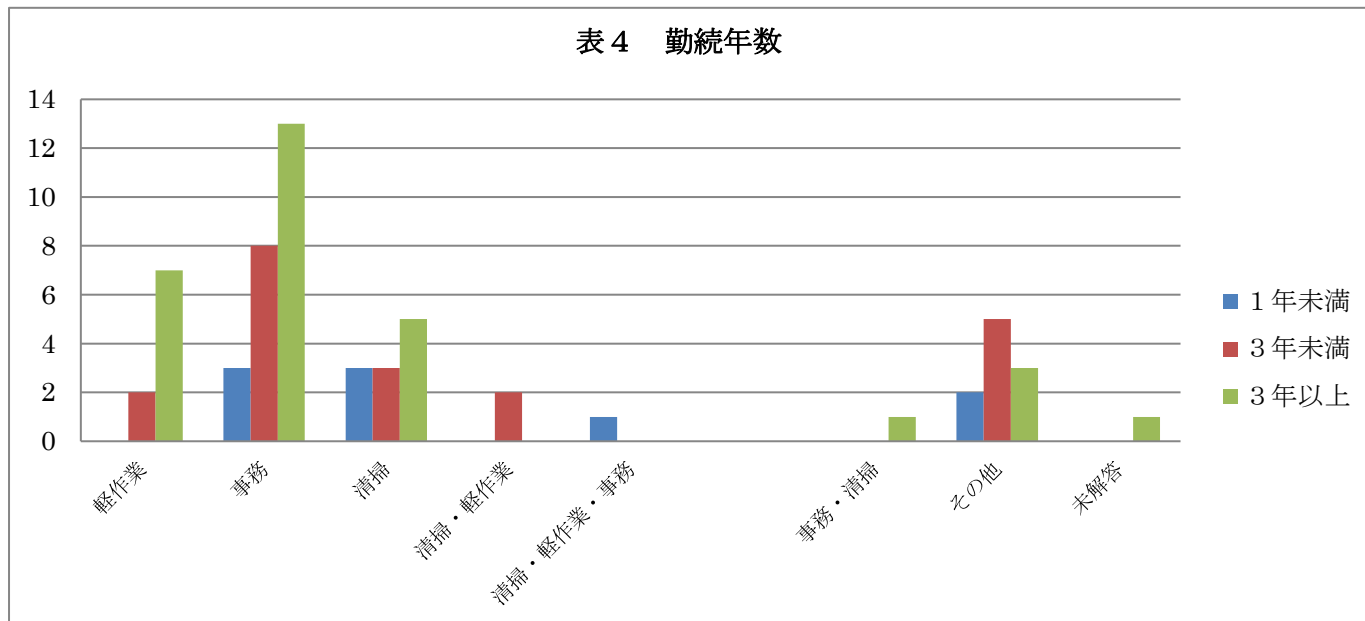


表5 勤務時間

	4時間	4.5時間	6時間	5.5時間	6時間	6.5時間	7時間	7.5時間	8時間	未回答
1年未満	5	1	1	0	1	0	1	0	0	0
3年未満	0	2	2	0	5	3	2	3	2	1

表5 勤務時間

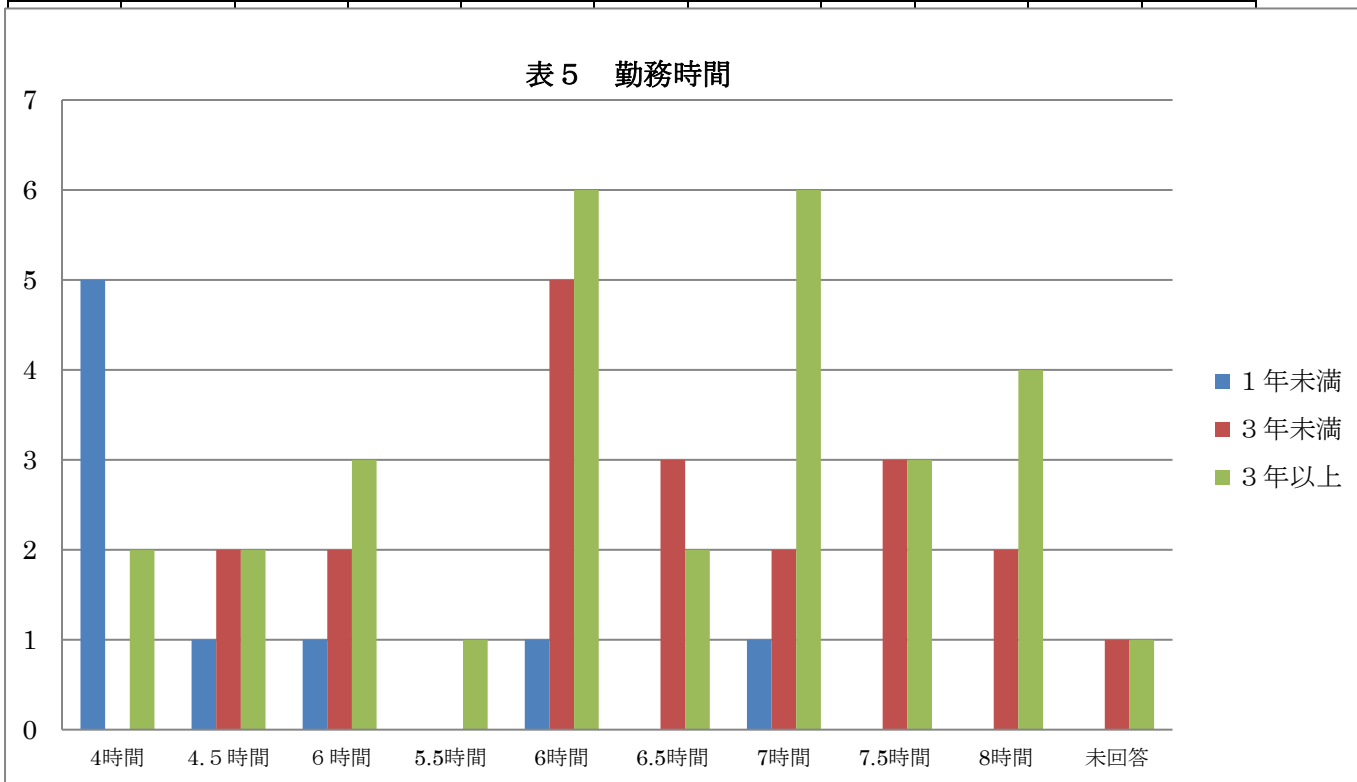


表6 就職前の活動

就労移行	B型	特別支援校	デイケア	アルバイト	転職	その他	未回答
40	6	2	1	1	2	2	5

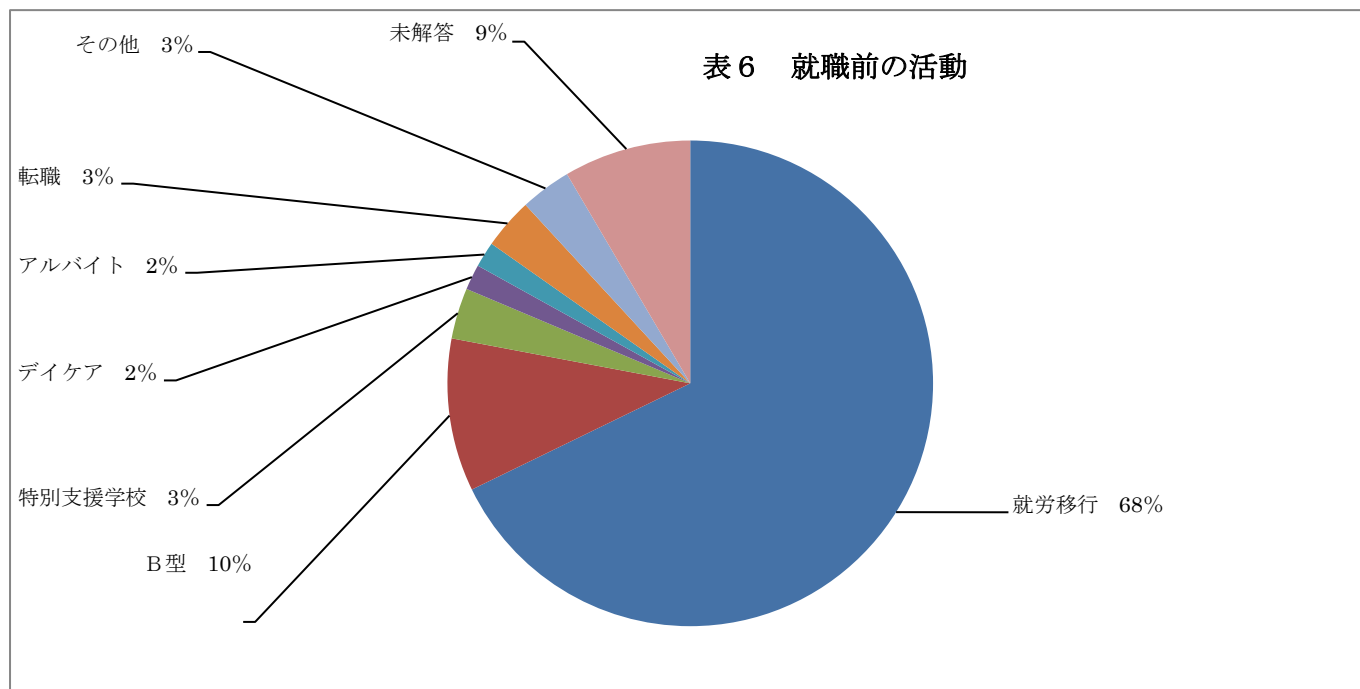
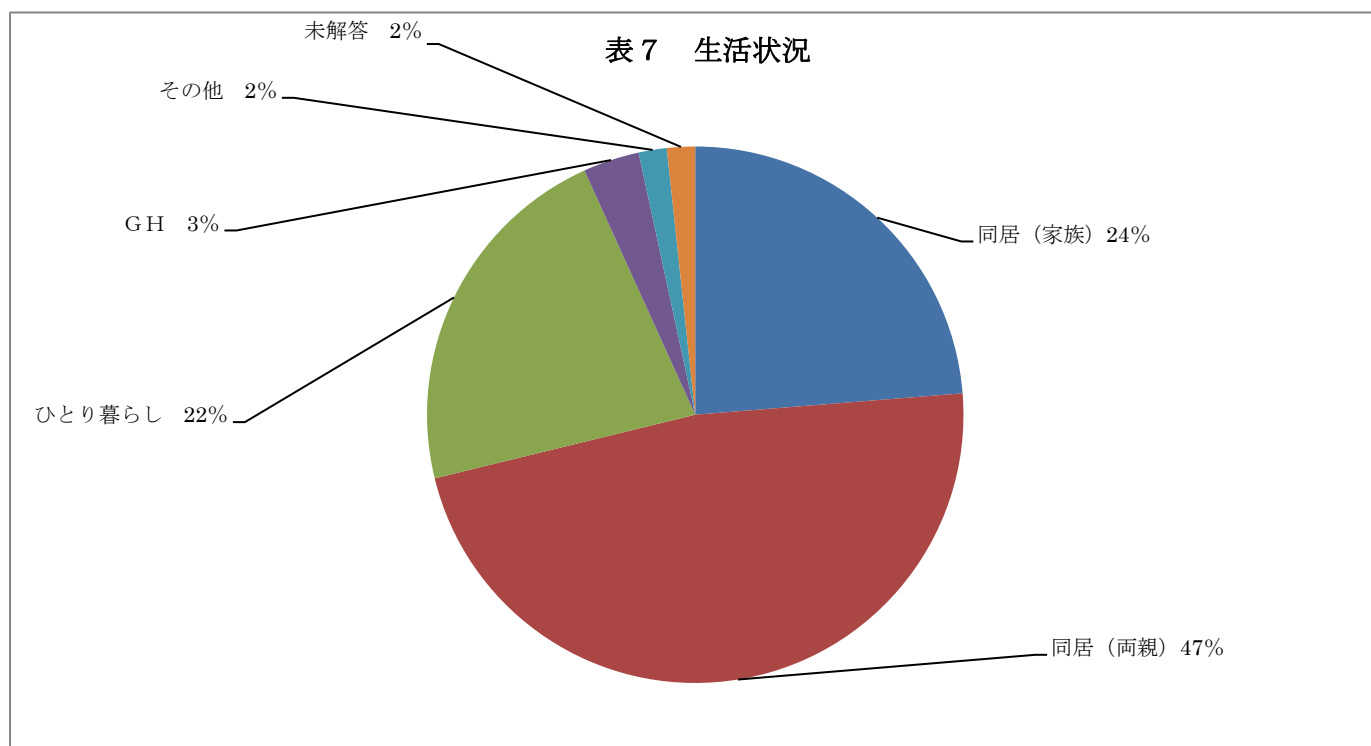


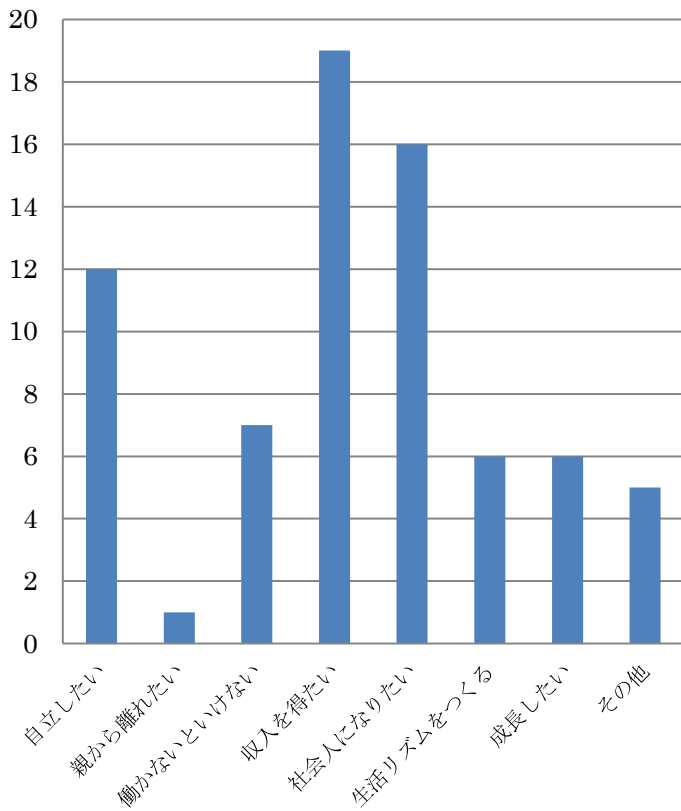
表7 生活状況

同居（家族）	同居（両親）	一人暮らし	グループホーム	その他	未回答
14	28	13	2	1	1



【就職前のこと】

働きたいと思った理由は何ですか？

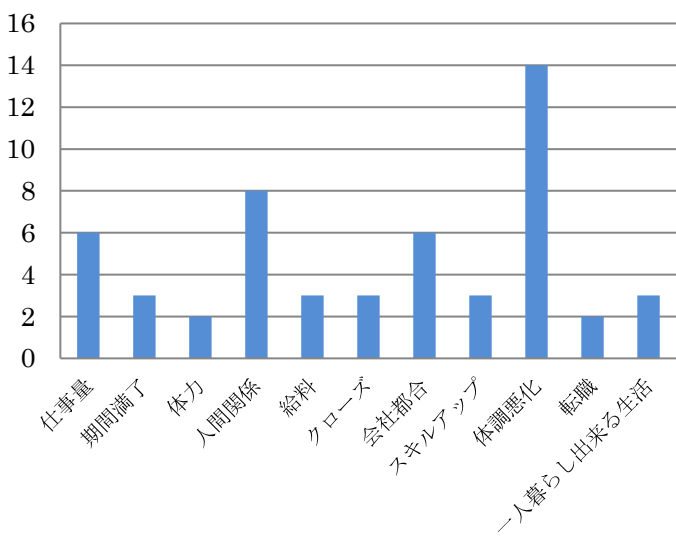


◆働きたいと思った理由は何ですか？

【コメント】

- ・ ひとり立ちしたかった
- ・ 生活習慣の安定
- ・ 親から離れたかった
- ・ 親のプレッシャー、働かないといけない
- ・ 働かなくては食べていけないと思ったし、将来的にお金に困ると思ったから
- ・ 自分で収入を得たい
- ・ 親を安心させたい
- ・ 胸をはって生活したかった
- ・ 健常者と変わらないような人生を送りたい
- ・ 世の中に対し繋がっていたいという気持ちがあったから
- 生活にメリハリをつける
- ・ 働くのが当たり前だと思った
- ・ 周囲の人に背中を押され、仕方なく働くことになった

前職を退職した理由は何ですか？

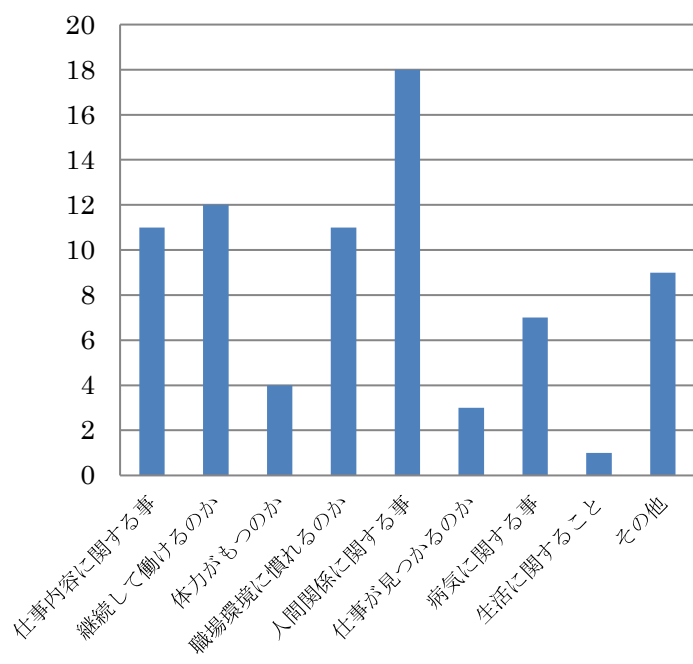


◆前職を退職した理由は何ですか？

【コメント】

- ・ 給与は良かったが、ハードだった。働き過ぎた
- ・ パワハラ
- ・ 自分から悩みを発信する事ができなかった。その結果仕事に行けなくなった。
- ・ 病気のことがバレたため
- ・ 契約期間終了のため
- ・ 体力が続かなかった
- ・ 障害の事をあまり理解してもらえなかったこと
- ・ クローズで働いていたので見つかったこと
- ・ 倒産したから
- ・ 一人暮らしが厳しくなった。

就職に対して不安な事がありましたか？

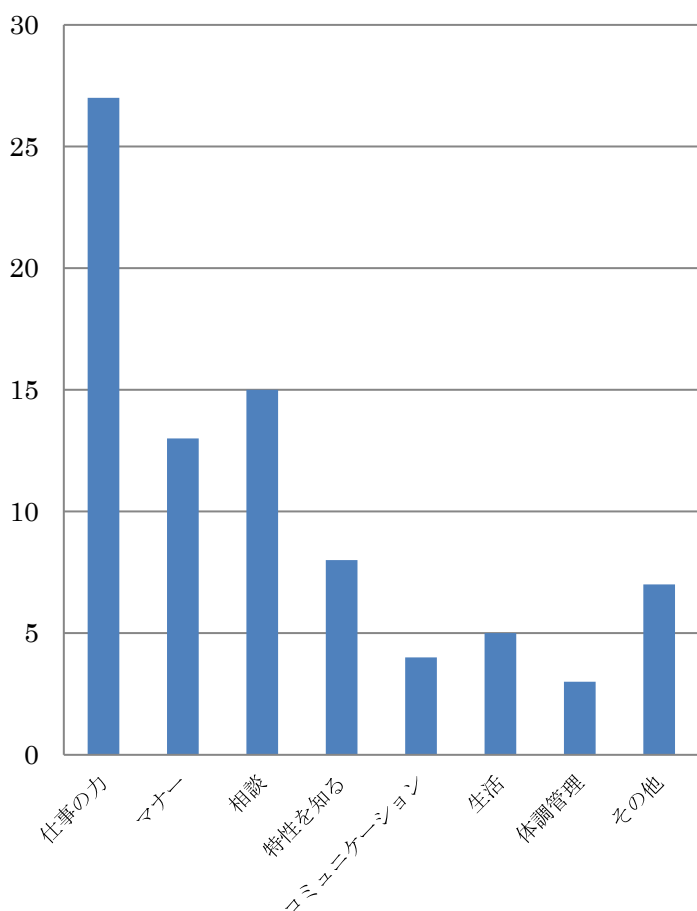


◆就職に対して不安な事がありますか？

【コメント】

- ・もらった仕事をきちんとこなせるのか
- ・時間内に仕事を終わらせられるか
- ・自分で悩みを抱えこんでしまい仕事に行けなくなってしまうのではないかと不安はあった
- ・同僚とうまくやっていけるのか
- ・被害妄想にならないか不安でした
- ・再発に対する不安
- ・全てが不安でした
- ・とにかく就職せねばと、勢いだけでやっていたので不安を感じる余裕はありませんでした
- ・通勤距離と混雑
- ・あまりなかった
- ・考えないようにしている

就職活動前に「身につけておいて良かった」と思うことはありますか？

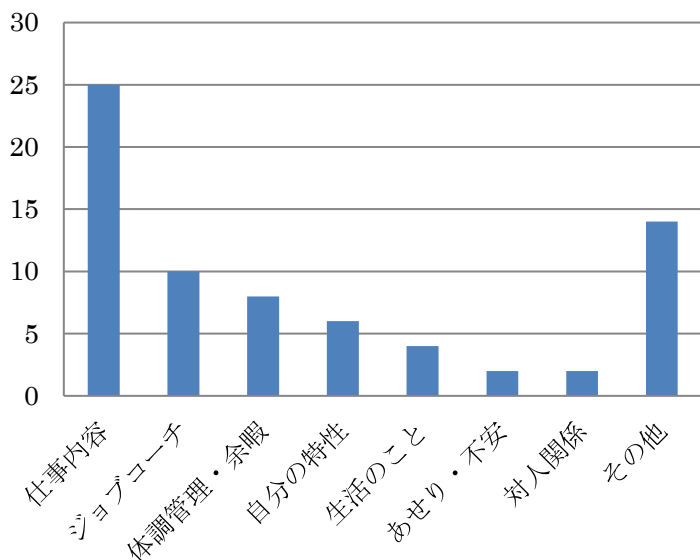


◆就職活動前に「身につけておいて良かった」と思うことはありますか？

【コメント】

- ・メモを取るくせをつけておいて良かった
- ・無駄にアクセルを踏まずに仕事をする術
- ・働くための体力
- ・職務経歴書欄（自分の弱さをどう伝えていくか、理解を自分ですること、受け入れること）
- ・「あいさつ」は人間関係を円滑にし、仕事をしやすくする
- ・支援者に適宜、相談することが出来るようになったこと
- ・支援者に自分を理解してもらっていた事（良い時と悪い時を見てもらっていた事）
- ・何が苦手かを再認識すること
- ・自分の特性を整理することで面接時に自分で説明できるようになったこと
- ・自分の体調を整えるために規則正しい生活を身に付けておいてよかった
- ・安定した体調管理の維持と症状が出るサインと悪化させないサインを知っておくこと

就職前に支援者と相談していたことは？

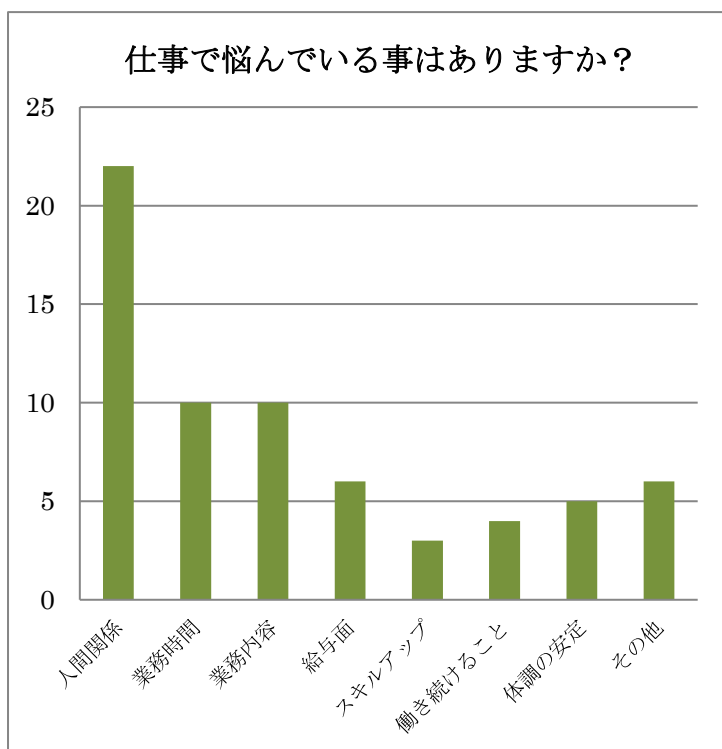


◆就職前に支援者と相談していたことは？

【コメント】

- ・作業の内容と自分の力が合っているか
- ・ずっと同じ作業を続けられるかどうか（就職したら単調な作業の繰り返しになるので）
- ・職種選びについて
- ・ジョブコーチに入ってもらい定期訪問でアドバイスをもらいたい
- ・余暇の時間を少しずつ充実させるようにすること
- ・ひとり暮らしをしながら仕事ができるのかどうか。
- ・焦っていた気持ちを聞いてもらった。
- ・定期的に面談をしてほしいこと
- ・生活と仕事のバランスについて

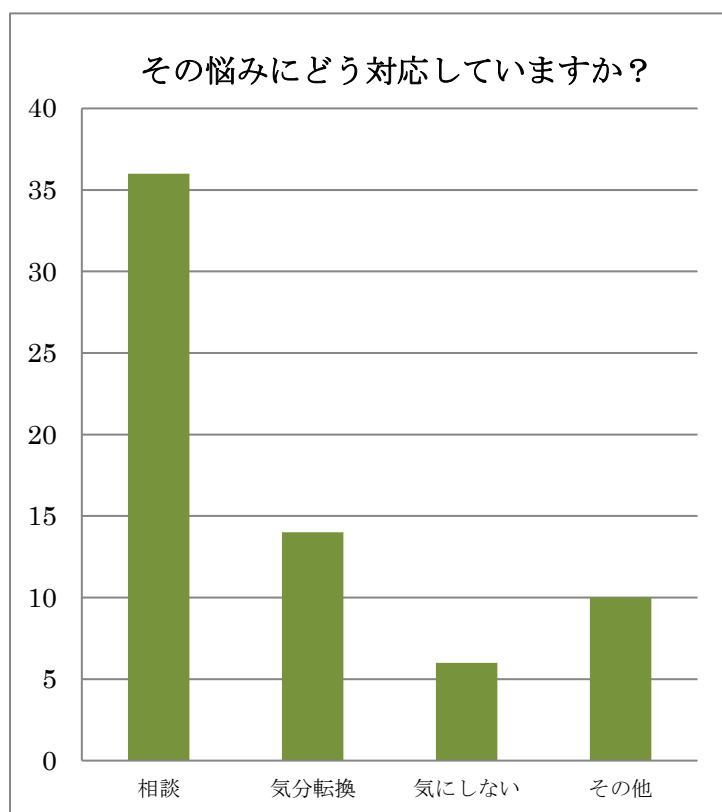
【就労面について】



◆仕事で悩んでいる事がありますか？

【コメント】

- ・人間関係（嫌な人がいる・後から入ってきた人に馬鹿にされる）
- ・同僚と仲良くなれない
- ・孤立している感じがする
- ・周りが若いので、話があわない
- ・断ることができない
- ・勤務時間数が思うようにのびない
- ・手が空いた時は何をしたらよいか不安
- ・ずっと単調な作業の繰り返しなのでつらい
- ・給与が低い
- ・モチベーションの維持
- ・店長の異動（1年に1回変わる）
- ・他の人と比較してしまうこと

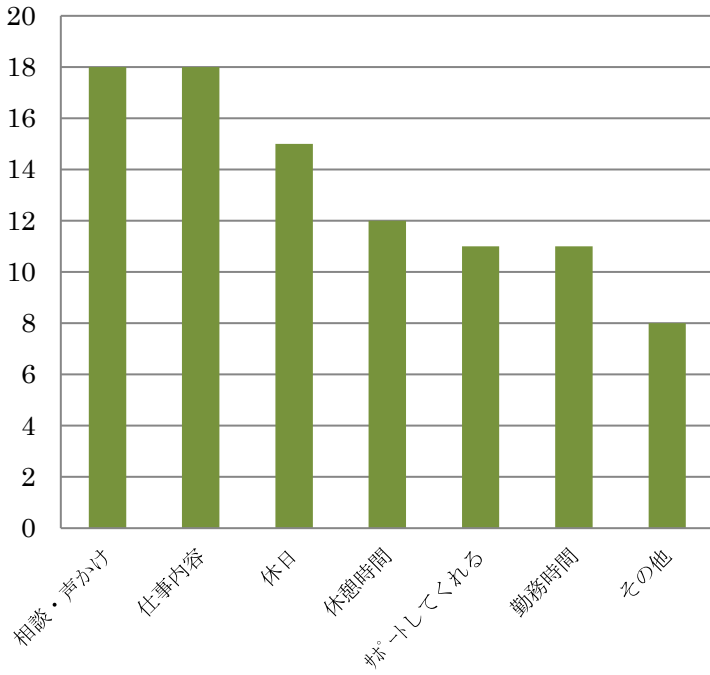


◆その悩みにどう対応していますか？

【コメント】

- ・悩みを支援者に相談して気持ちに折り合いをつけました
- ・支援者に先ず報告、ひとりで悩まない
- ・上司に相談したり、また割り切って仕事の悩みを家に持ち帰らないようにしています
- ・趣味に没頭
- ・上司に相談して改善されなければ諦める
- ・なるべく引きづらないように心がけています。後は経験しかないと思っています。
- ・考えないようにしている
- ・人間関係は多少失敗してもなるべく気にしない
- ・1つ1つ確実にこなしていく
- ・。時間があればノートに伝えたい事をまとめておく

会社に配慮してもらっている事は何ですか？

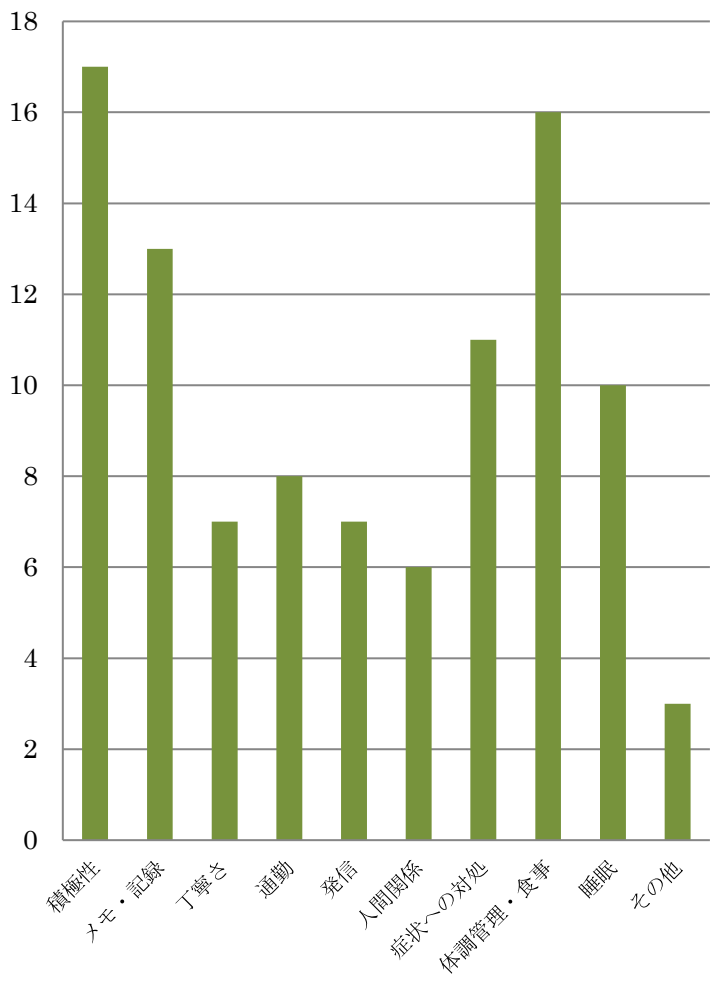


◆会社に配慮してもらっている事は何ですか？

【コメント】

- ・指示をしている上司を決めてもらっている
- ・質問相手が決まっている
- ・指示をこまめに出してもらう
- ・仕事内容を他の方とは別メニューにしてもらっている事
- ・何か新しい業務をやる時はいつから始めるのか予告してもらう
- ・外来でのお休み
- ・当初は休憩時間をAM・PMでとっていた（現在は昼休み）
- ・作業マニュアルを作成してもらった
- ・見守ってくれる安心感
- ・障害への理解（指示など）
- ・できるだけ指示者の変更を少なくしてもらっている

働く上で努力している事は何ですか？

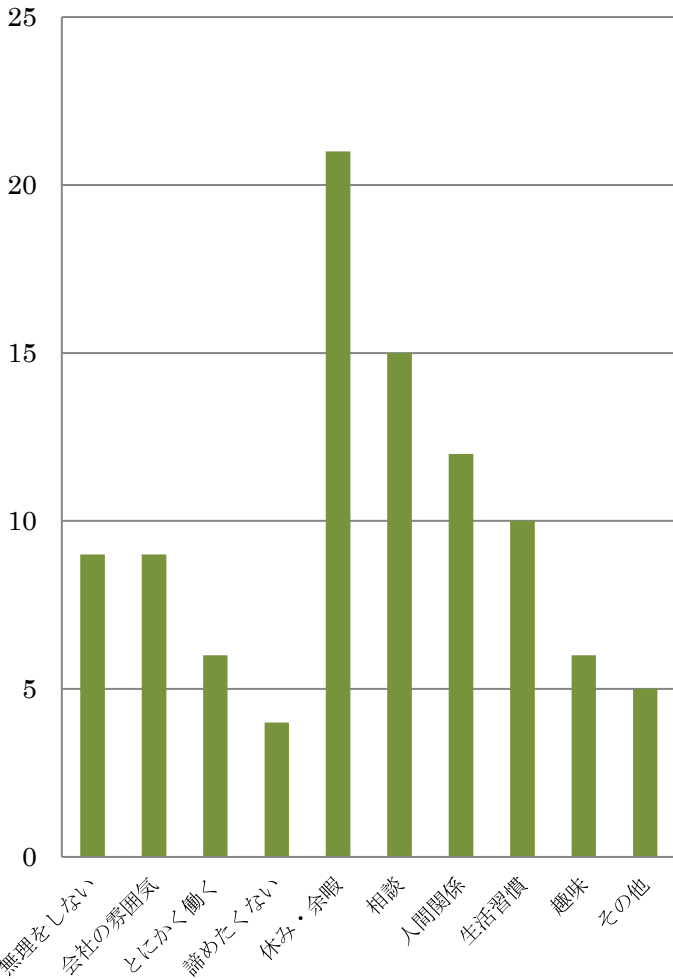


◆働く上で努力している事は何ですか？

【コメント】

- ・すぐ必要なものを最優先で行う
- ・支援者と毎月、目標を持って仕事をするようにしています。
- ・準備をする
- ・どんなにつらくても手を抜かない
- ・多少失敗しても心が折れないように気を強く持っています
- ・指示を聞き間違ったり、聞き直さない為にメモを取るようにしている
- ・確実に1つ1つこなしていくこと
- ・人とスピードを比べないようにする
- ・通い続けること
- ・分からないことがあったらそのままにしないで、きちんと業務指示者に確認を取る
- ・できない事は上司に素直に伝える
- ・より多くの方とコミュニケーションをとるようにしている
- ・無理をしすぎない
- ・毎日の生活のリズムを崩さないこと
- ・睡眠不足がないようにする
- ・好かれる努力はしない
- ・身だしなみ

継続して働けている秘訣は何ですか？



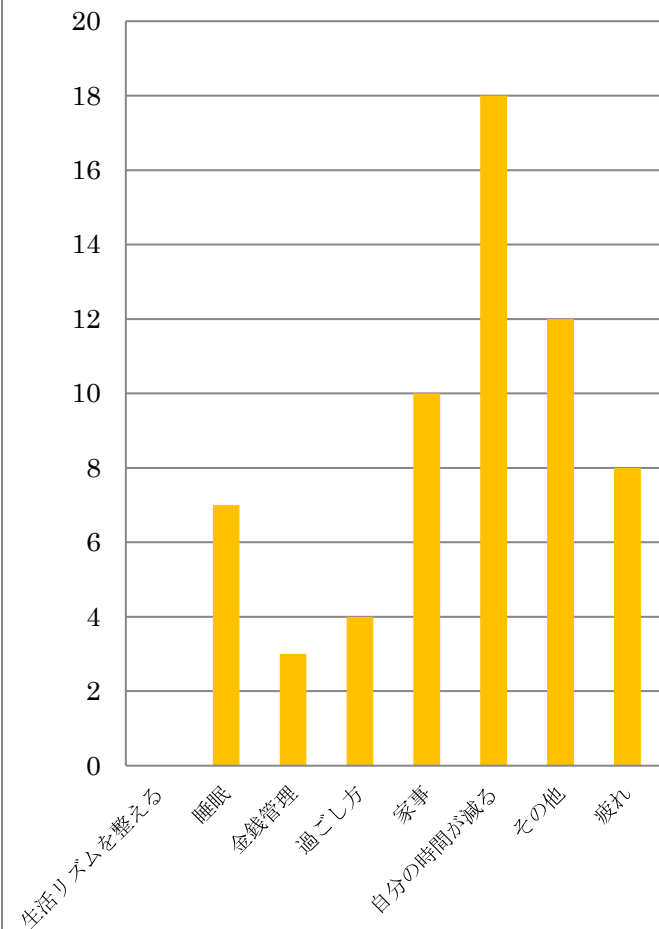
◆継続して働けている秘訣は何ですか？

【コメント】

- ・ 75～80%の力で働くようにしています
- ・ 職場環境がいい（アットホーム・自分に合わせてくれている・理解してくれる）
- ・ 今の仕事が自分に合っていて、好きになりました
- ・ 就業場所が近い
- ・ 考えないで働くこと
- ・ 気付いたら6年経っていた
- ・ 就職活動で苦労したので簡単にあきらめない、手放したくない
- ・ 働かなければ生きていけないと認識することで退路を断っています
- ・ 疲れている時はひたすら休む
- ・ 困った時に相談（家族・友人・同僚・上司・支援者）。内容に合わせて相談も変える
- ・ 忍耐
- ・ 家族の支え、周囲の配慮
- ・ 決まった時間に薬を飲み続けて病状を安定させているから
- ・ 給料を使うこと
- ・ 休みの日に遊ぶ・趣味を充実させる

【生活面】

働き始めて生活上大変になったことはありますか？

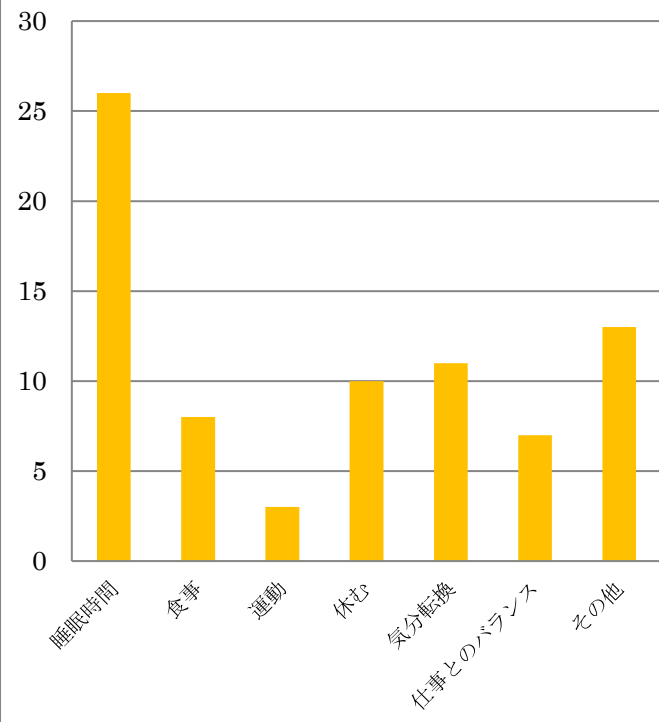


働き始めて生活上大変になったことはありますか？

【コメント】

- ・平日に自由に使える時間がほぼない
- ・当然だが仕事している時間帯の分は拘束されるのでその分融通が効かなくなる
- ・興味のある事が段々無くなってきて、くつろいだり、リラックスする時間が少なくなったこと
- ・デイケアの頃より変に時間が余らなくなってかえって楽になった
- ・睡眠のリズムが安定しないため、早寝を習慣づけるのは苦勞した
- ・規則正しくなった半面、時間に追われるようになった（入浴・食事・睡眠）
- ・疲労を溜めないために早く寝なければならなくなった（深夜番組を見られなくなった）
- ・就職当時は生活リズムを変えるのが大変だった
- ・市役所に行く用事があると辛い
- ・働いてからのの方が自分でできるようになった事が増えて生活しやすくなった。
- ・身だしなみに気をつける。
- ・休日寝込んでしまう
- ・帰宅してから30分位横になっている
- ・働くことでより元気になりました。

働く上で生活面で工夫している事はありますか？

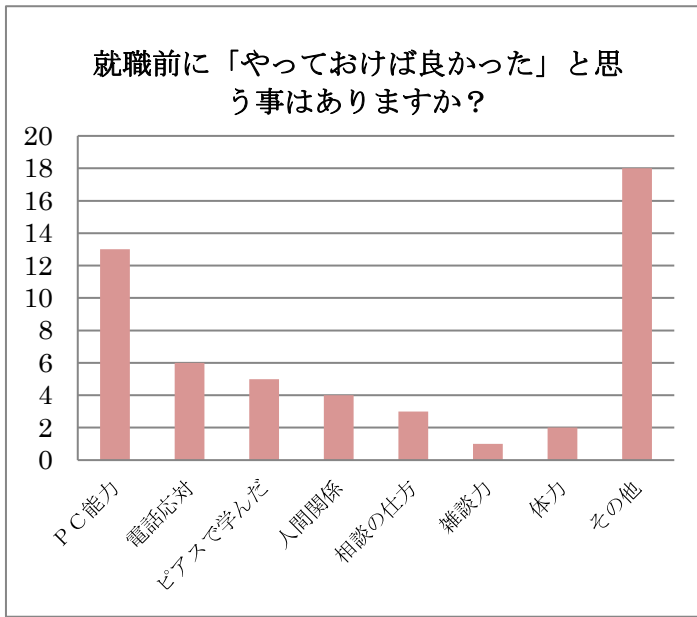


働く上で生活面で工夫している事はありますか？

【コメント】

- ・夜ふかしをしない
- ・寝る時間起きる時間を毎日同じにする
- ・3食きちんと食べる
- ・健康でいるために食事のバランスを意識しています
- ・早寝早起きと、軽い運動（ウォーキング）を実践しています
- ・疲れている時に無理せず怠けています
- ・身体を休ませる（休日にリフレッシュすること）
- ・仕事だけでなく遊ぶ時は遊ぶ
- ・金曜の夜や土曜は超リラックスするようにしている。羽目を外す
- ・適当に考えること
- ・1日の中でやることを詰め込み過ぎない
- ・怪我につながる無理をしない
- ・就労が一定の規則なのでそれ以外は自由にありのままにしたいと思います

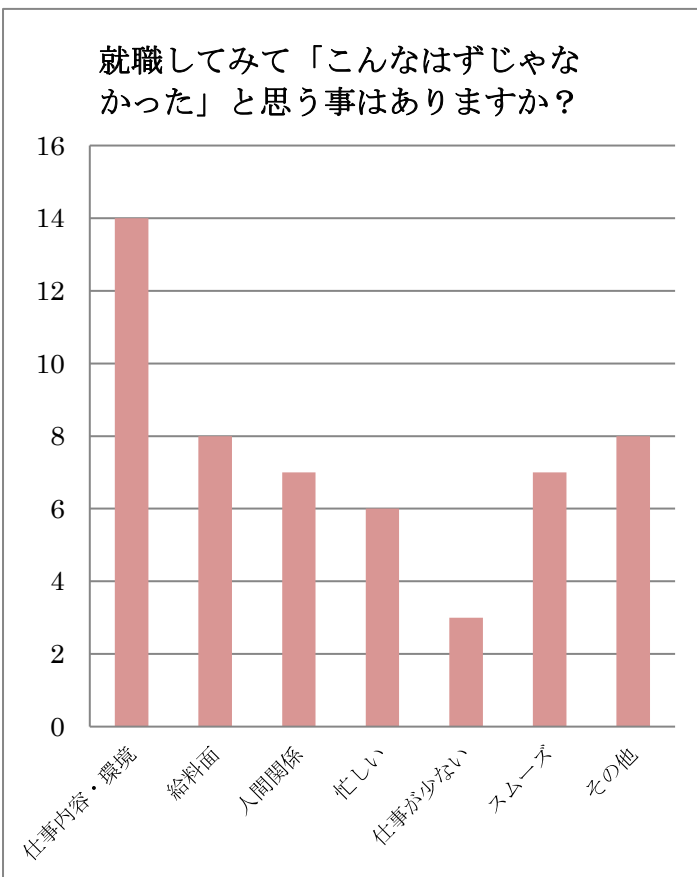
【その他】



◆就職前に「やっておけば良かった」と思う事がありますか？

【コメント】

- ・もっと体力をつけておくべきだった（特に夏場）
- ・具体例を交えた支援者への相談の仕方
- ・気が合う人じゃない人とも話すことをしとけばよかった
- ・就労移行で一通りの事は学べたので特にないです
- ・考えたらキリがない
- ・生活基盤の整備
- ・気分が落ち始め、調子が悪くなった時の維持（回復）の仕方

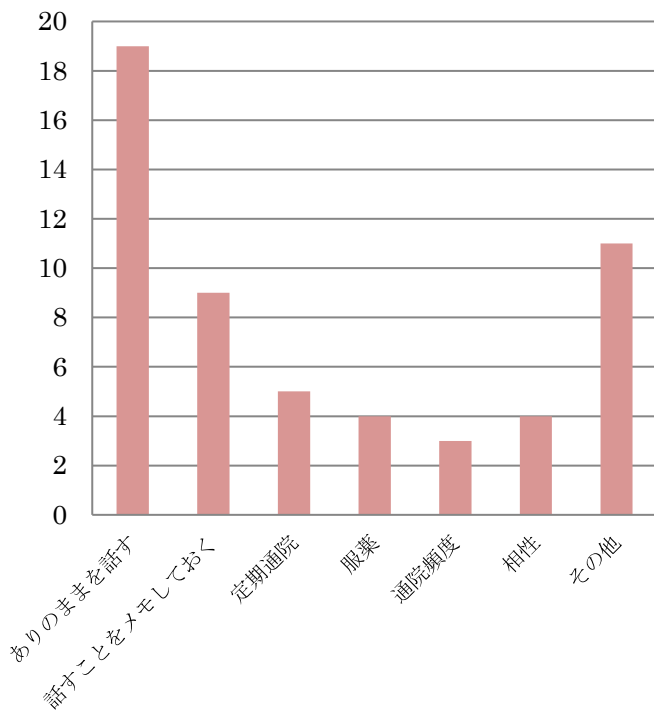


◆就職してみて「こんなはずじゃなかった」と思う事がありますか？

【コメント】

- ・時間数が思うように伸びない
- ・応募をしたときにこんな職種ではなかった
- ・雑務的な事しかやらせてもらえてなくてギャップを感じていたが、今はそうじゃない
- ・仕事に思っていたよりついていけない
- ・賃金が安いこと（仕事は楽しい）
- ・予想以上の忙しきで大変だった
- ・入社5年目で正社員になることができ、良い意味での「こんなはずじゃなかった」でした。感謝しています
- ・自分の「理想」と自分が出来る仕事量や体力、物の捉え方に対する「現実」とのギャップがあった
- ・何につけても業務指示者の了解を得なければならなかったこと（これは社会常識だと後で知りました）

医療機関の上手な使い方を教えてください

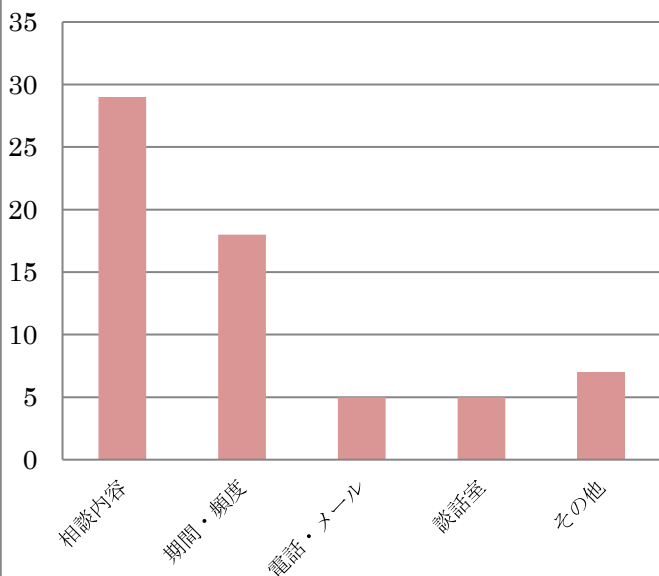


◆医療機関の上手な使い方を教えてください

【コメント】

- ・近況報告を必ずする
- ・悩んでいる時はその状況と気持ちを伝えて、アドバイスや解決の糸口をもらっています
- ・診療時間をどう使うか考え、話す内容・順番等をあらかじめ用意していく
- ・薬の飲み忘れをしない事です
- ・疲れそうな時や不安・心配事が多い時は通院回数を増やしていただいたり頓服を使って寝るよう指導されています
- ・信頼できる、本当に自分の状況・苦しみ・大変さに気付いてくれる・考えてくれる先生を探すこと
- ・いいソーシャルワーカーと出会っているので、困った時は相談している。いい先生やそういう関係者で頼りになる人とつながれるといい

支援期間の上手な使い方を教えてください

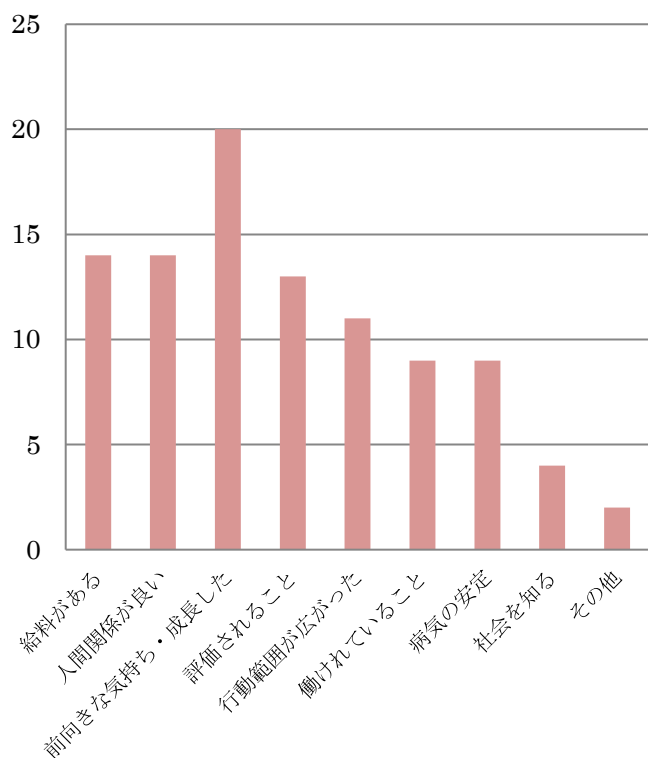


◆支援期間の上手な使い方を教えてください

【コメント】

- ・不安なことを隠さず、こまめに相談すること
- ・明確な使い分け（仕事の事は上司に相談、プライベートの事は支援機関に相談）
- ・良きパートナーなのだと思い、良い事悪い事含めて相談して自分の悩みを解消していける間柄になる
- ・ネガティブな変化だけでなく、ポジティブな変化を指導者とこまめに共有すると思います
- ・ピンチのとき、困ったときは、直ぐに相談する（直ぐ面談を入れてもらうなど）
- ・上司に相談をしても、モヤモヤやイライラが解決しない時にはオプナーに電話させてもらっています
- ・支援期間のイベントに参加する
- ・深く考えていない

働いて良かったと思うことはありますか？

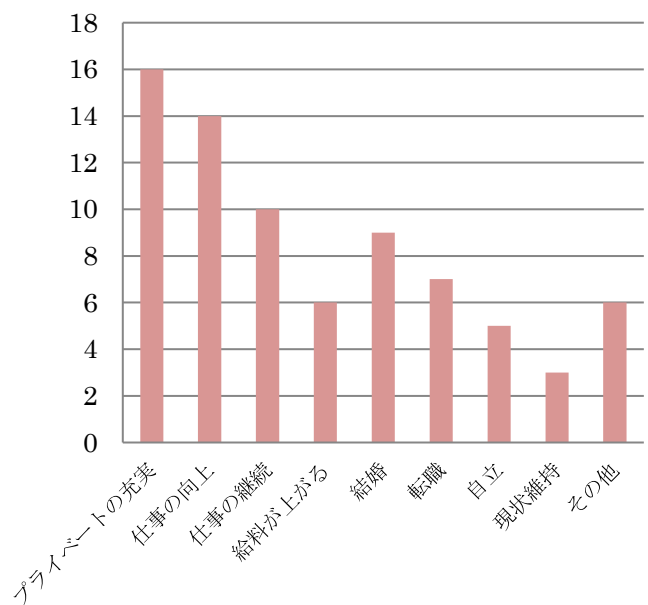


◆働いて良かったと思うことはありますか？

【コメント】

- ・自由に使えるお金がふえた
- ・仕事が好きなので毎日よかったです
- ・友達や人との出会い交流が活発に増えた
- ・職場で何気ないコミュニケーションをとって楽しく仕事が出来た時
- ・自立への一歩を歩んでいる
- ・自分自身を成長させられる
- ・悩みとか大変さもあるなか、自分の人生が満たされている感があること
- ・感謝される経験ができた
- ・認めてくれる（一人の社会人として）
- ・親から認められている
- ・働いていること自体がよい
- ・生活習慣が安定することで精神的に落ち着きました

今後の展望・夢を教えてください



◆今後の展望・夢を教えてください

【コメント】

- ・自分やりたい事を見つけて、人生を楽しむ
- ・海外旅行に行きたい
- ・今の職場でフルタイム
- ・現状維持です
- ・定年まで働くこと。
- ・自分の得意分野で活躍したい、それで稼ぎたい
- ・結婚して子供を持つ
- ・スキルアップして給料面の良い職場に行く
- ・親から自立し、充実した生活がしたい
- ・思いがそこまで至らない。
- ・普通になりたい。病気が軽くなり薬が減る
- ・資格を多くとりたい