

# 就労は究極のリハビリである

～障がい当事者の立場から企業における雇用継続職場定着の取組を考察する～

- 遠田 千穂（富士ソフト企画株式会社 企画開発部 部長）
- 高橋 綾子（富士ソフト企画株式会社 企画開発部 サブリーダー）
- 畑野 好真（富士ソフト企画株式会社 企画開発部）

## 1 経済活動に参画することで障がいは軽減される

薬だけでは障がいは軽減されない。服薬と社会参画・働くことで、障がいは軽減される。障がい者が働く機会と場所を拡大することで、日本の経済も活性化し、医療費削減にもつながる。誰一人取り残さない社会を目指すSDGsの概念の実践である。富士ソフト企画株式会社は富士ソフトの特例子会社であり、社員の9割が障がい者手帳を保有する。身体的、精神、発達の障がいのある方々がお互いにサポートをしながら業務を進める。規則正しい職業生活や社会参画から生まれる自己充足感や幸せホルモンであるセロトニンの分泌を促し脳にも良い影響を及ぼす。社会や人からも必要とされているという実感は精神的安定につながる。静かな環境・適切な休憩時間などのごく普通の合理的配慮があれば働くことが出来る。合理的配慮とは一方通行ではなく、お互いに行き来してこそ成立する。障がい者健常者がお互いに配慮し合うことで、高い業務効率が得られる。健常者は障がいのある方に何かしてあげなくては、ではなく、何かを手伝って貰おうという逆転の発想を心掛ければ障がい者の雇用が促進され職域が広がる。万が一の時の為、社員証の中に緊急連絡先カードを入れ運んでほしい病院と緊急連絡先を明記している。またTOEICの点数が900点を超えている社員には、翻訳の仕事をお願いすることもある。得意分野を活かすことで、モチベーションや昇給昇格に繋がる。障がい者の職業訓練の講師や、管理職として部下を指導育成することで発作が十数年間起きていない社員もいる。出勤率にカウントされない通院休暇を活用した毎月の通院、日々の服薬、JOBサポート窓口いつでも相談できるという安心感も職場定着につながる。JOBサポート窓口とは困った事があれば何でも相談できる窓口で、常時4名のJOBサポーターがメールで受け付け、面談で解決方法を共に探す窓口である。4名は3～4年で入れ替わる。月に1回社長同席のJOBサポート会議を開催。企業在籍型職場適応援助者の資格を取ることにより障がい当事者も、カウンセラーの役割を担うことが出来る。

身体障がい者が知的障がい者をサポートすることにより運動機能の回復が見られる（パソコンを使った業務で脳に刺激が毎日行くことも一因）。

知的障がい者が発達障がい者をサポートすることによりIQが上がる（出来なかったことが出来る様になる）。

発達障がい者が精神障がい者をサポートすることによりコミュニケーション力が向上する（相手を思いやる気持ちが芽生える）。

精神障がい者が他の障がい者をサポートすることにより薬が減り夜良く眠ることができる（他者へ配慮することに意識が向いて行く）。

自宅に引きこもって自分の障がいと悶々と向き合うより、外に出て自分と異なる障がいのある方をサポートすることにより障がいは軽減される。就労は究極のリハビリである。障がいは他人事ではなく、いつ誰が発症してもおかしくないのが障がいである。そうなった時にどうすれば働きやすい会社か、どうすれば生きやすい社会かを常に考えておけば慌てることはない。薬の副作用で苦しみながらも、通勤をすることがどんなに尊いことであるか、相手の立場に立って考えることも必要である。1人でも多くの障がいのある方々が様々な業種で活躍されることを目標に据える。女性パイロットが少ないという話になったら、女性が操縦しやすい飛行機を創れば良いのではと拝察する。女性が少ない職場では、女性が働きやすい環境を創る、障がい者が少ない職場は、障がい者が働きやすい環境を創ることで、採用が推進すると考える。既存のものにあてはめていくのではなく、新たな環境を自分達で創っていくことで、SDGsの実現が図れようかと考える。精神科の治療でも習うが、分類カテゴリーしてしまうのが一番いけない。100人いれば100種の症状がある。決めつけるのではなく、その人本人の可能性を見てお互いに成長していくのが企業である。早いうち、またなるべく若い時に訓練をしたり、アルバイトでも良いので何らかの形で社会参画することにより、症状が進行せずむしろ軽減されることもある。小さな日々の積み重ねが究極のリハビリにつながる。

## ～三方良しのみならず八方良しの障がい者雇用～

- 市 労働力人口が増え税収が入る
- 本人 障がいが軽減される
- 企業 人手不足解消
- 国 医療費削減
- 病院 病床回転率UP
- 労働 労働力人口増
- 経済 経済の活性化
- 家庭 引きこもり5080問題解消

## 2 職場定着についての考察1

会社に入社して、自身が持っているスキルというのはある程度わかってはいるが、いったいどんな業務を行うか、不安でもある。私は極端に言えば右も左も分からなかった。

面接者の中にも、自身の障がいから、マニュアルがあれば良かったという声が多数見受けられる。既存のマニュアルがあると良いが、配属されて任された業務が自分にとって初めての業務ということもあるかもしれない。自身で作成し、後継者に引き継いでいくのも良いと思われる。

最初の何カ月かは不安もあると思う。障がいがあればなおさらである。新しい環境というのも心配であり、症状が出ないか心配でもあると思う。

自分は統合失調症だが、障がい者の中には、満員電車が苦手な方もおり、人混みが苦手な方もいる。電車で被害妄想を感じるのであれば、対処法を用意しておくが良い。電車はきつても会社につけば落ち着く場所であるといったような、安心感を得られる場所を用意しておくのは良いと思われる。自分はそうしてよかった。

場所が変われば切り替えて尾を引かないようにするというのも大事であるように思う。現時点の置かれた環境が、自身の状態に影響すると思っている。

それでも不安定な時は頓服の使用をする。頓服薬も受け容れ、飲むのも効果があるので試してみると良いと思われる。会社についても効率的に業務が行える。

私は頓服に対して抵抗感があったが、飲み始めて良かった。私が飲んでいる薬は、とても気分が落ち着き、マイナスからプラスに気持ちが変化するほどとても良い頓服であった。もっと前から飲んでおけばよかったと思った。

また、勤続年数を積めば、仕事環境の変化はあるもので、上司が代わったり、就業場所が変わったりすることもある。順応していく心持ちも必要である。

また、会社の社風として、比較的、障がい者に任せる社風というのは、当事者に責任感が芽ばえ、良い。自分にできる力量というものがあり、それを最大限に活かして実現できる障がい者雇用の会社というのは良い。そういった会社が増えると良いと思う。

また、悩みが話せる環境があるというのも大事であり、何も話せないのでは、息が詰まり、いつしかそれがストレスになっていく。ストレスが溜まると、思考まで変わっていき、二次障がいなどがたりする可能性もある。面接をしていて相談相手としてよくあげられるのが医者、家族、会社の人間、支援機関など。自ら良い環境を作り順応していき最大限の力を発揮し障がいとも向き合い、よい生活を送れる様、毎日努力し、できればストレスを少なくしていくのが、障がい者の職業生活として良いのではと思われる。

## 3 職場定着についての考察2

私は入社当初は「業務支援オフィス」という、とても大所帯の部署に配属され、封入封緘作業や、交通費の計算などの業務を行っていた。

先輩方は、皆さん優しく仕事を教えて下さったが、数字や計算が苦手であることと、大人数の輪の中に自分から入っていくことが苦手な私は、上手く部署になじむことが出来ず悶々としながら仕事をしていた。

そんな私を見かねたのか…入社後わずか1か月で、現在の企画開発部へ異動となった。

現在は、応募書類の管理や電話応対、面接対応など、主に採用関係の仕事を行っている。

元々保育士や幼稚園教諭をしていたことから、人と接すること自体は好きだったので、以前の部署での仕事と比べて、今の部署の仕事は私の適性に合っているのではないかと思う。

入社してからわずかの期間で、私の適性を見直して異動させていただいたことは、私が富士ソフト企画で仕事を続けられている最大の要因であると感じる。

今の部署では、ある程度の仕事を任せて頂くことで、自分の裁量で自分のペースで責任感を持って仕事をする事ができ、仕事のモチベーションにもつながっていると考える。

また、体調や気分がすぐれず、平日に心療内科を受診した際には、勤怠評価に影響を及ぼさない通院休暇を月に2日まで取得できたり、フレックスが導入されているので、勤務中に体調が悪くなった時なども、フレックスを利用して早めに帰宅させて頂いたりすることも私にとっては大きい。双極性障がいである私は、きちんと服薬していても、どうしても避けられない気分の上がり下がり波があるため、フレックスを使って早退させて頂いたり、通院休暇を取らせて頂くことも少なくないので、この通院休暇とフレックスの制度には助けられている。

このような休暇の取り方などの配慮があるおかげで、仕事を続けられていると感じている。

今後も、自分の障がいと上手く付き合っ仕事をしていきたいと思う。

### 【連絡先】

鎌倉市岡本2-13-18・横浜市中区桜木町1-1  
千代田区神田練堀町3

富士ソフト企画株式会社(富士ソフト特例子会社)

WEB・DTP・IT・PC・デザイン

社員の9割が障がい者手帳を保有しています。就労移行「就職予備校」も展開中 研修 見学 講演

復興支援 椎茸アグリビジネスも西会津にて展開中です。

企画開発部 陸上自衛隊予備自衛官

遠田 千穂 todachi@fsk-inc.co.jp