

チャレクジ



N0. 45 2022. 1



発行者 特定非営利活動法人 チャレンジド ステーション クジラ
196-0003 昭島市松原町 3-6-7 アートヒルズ 105
TEL/FAX 042-569-6433
Email shurou-kujira@9jira.com
URL http://www.9jira.com



しんねん
新年あけましておめでとうございます

ほんねん

本年もよろしくお願ひ致します

ねがいいた



さくねん ふまあねん らいしょさい みな けんおん しょうどく きょうりょく
去年もコロナに振り回された1年でした。クジラも来所の際には皆さんに検温と消毒にご協力をお願
ねがいし、面談室は換気と消毒を徹底して行い感染防止に努め1日も早い収束を心から願っておりま
す。

さくねん とうきょう ねんえんき かいさい
昨年は2020東京オリンピック・パラリンピックが1年延期され開催されました。

むかんきやく ためおうえん じたく ほう おも
無観客となった為応援は自宅からテレビで…となった方がほとんどだったと思います。

おお かんどう よろこ じゅうぶん かん たいかい
それでも大きな感動と喜びを十分に感じることができた大会でした。

にほん たいかい こ かくとく すば けっか すば
日本は2020大会で58個のメダルを獲得した素晴らしい結果となりました。結果はもちろん素晴らしい
かかったのですが、すべての選手の方が素敵に輝いていました。

とうき さて もうすぐ冬季オリンピック ワクワクが止まりません。

わたくしごと ござ ねん がつ にち たいしょく
さて、私事で御座いますが、2022年3月31日で退職いたします。

ねん たあ じゅんび ねん なが つきひ はたら いただ りょうしゃ
2002年のクジラ立ち上げの準備から20年という長い月日をクジラで働かせて頂きました。利用者
のみな しゅうしょくめんせつ い こと さいよう れんらく とき よろこ はなみ かい たの
の皆さまとは就職面接に行った事、採用の連絡があった時の喜び。お花見・クリスマス会での楽しか
った時間と思い出がいっぱいです。そして沢山の方に支えて頂き、ご指導頂き、失敗も沢山しながら
ひび みなさまほんとう
の日々でした。皆様本当にありがとうございました。

みなさま ますます かつやく こころ きねん
皆様の益々のご活躍を心より祈念しております。

やまざき めぐみ
山崎 恵



クジラの取り組み

○今号からバリアフリーを促進し、本紙はすべてふりがな付きのものを作成しております。

りょうしょう
ご了承ください。

たいおうさく
○コロナ対応策

- にゅうしつじ けんおん てゆび しょうどく ちやくよう
・入室時の検温と手指の消毒、マスクの着用
- らいしょじ にんぎうせいげん よやく ちようせい
・来所時の人数制限や予約の調整
- きょうゆう しょうどく づくえ びひん
・共有スペースのアルコール消毒(ドアノブ、机、備品など)
- めんだんと いらいん つうわ ちーむず ずーむ
・オンライン面談の取り入れ(LINEビデオ通話、Teams、ZOOMなど)

- めんだんしつ せつち
・面談室のアクリルボードの設置
- かんき
・換気



ほ や かぶしきがいしゃべんたっくす

HOYA株式会社PENTAXライフケア事業部

いりょうき きえすびーゆー じんじとうかつぶ
医療機器SBU 人事統括部

じんじそうむ なか のぶゆきさま きこう
人事総務部 中 信之様よりご寄稿いただきました。

じぎょうぶ

リレーコラム 38号



なか のぶゆき
マネージャー 中 信之

わたし ほ や かぶしきがいしゃべんたっくす じぎょうぶしょうわ もりぎじゅつ
私たちのHOYA株式会社PENTAXライフケア事業部昭和の森技術センターは、医療用内視鏡の開発
おも おこな じぎょうしょ じぎょうしょ じんじそうむ
を主に行う事業所です。この事業所の人事総務部にて、チャレンジドステーションクジラの支援を受
け、10年ほど前からHさん、Mさんの2名に勤務していただいております。

かれ とうしょ やくわり ゆうびんぶつ にもつなど じぎょうしょない しゃいん はいたつ
彼らの当初の役割は、郵便物・荷物等を事業所内の社員に配達することでしたが、



げんざい くわ やくしょ たいしかん しょりいとどけ けいたいでんわ てはい あんぜんえいせいいいんかい
現在では、これに加え、役所/大使館への書類届出、携帯電話の手配、安全衛生委員会

ぎじろくさくせい じむようひん はっちゅう こうきょうりょうきんなど でんびょうしょり はいき しょりきよ ゆうびんぶつあてな
の議事録作成、事務用品の発注、公共料金等の伝票処理、廃棄パソコンのデータ消去、郵便物宛名
いんさつ しょりい びでいーふか しゃないせいそう うえき せんてい じょそう とくせい い たくさん
印刷、書類のPDF化、社内清掃、植木の剪定、除草など、それぞれの特性を生かした沢山のものとな
りました。

かれ しごと われわれ こころが てじゅん しごと さいぶんか
彼らが1つ1つの仕事ができるようになるために、我々が心掛けてきた手順は、①仕事を細分化、
②細分化した作業のどこで判断が必要になるかの分析、③判断基準の明確化を行う（彼ら自身の判断を
ふよう まよ ひび ほ
不要とし、迷うことなくす）、さらに、④日々できるようになったことを褒める、ということでした。
これを繰り返すことにより、「彼らがたくさんの仕事ができるようになる」という成果を、我々は手にし
たのです。

かんせつてき おお せいか かれ しごと おし われわれじしん せいちょう
間接的には、もっと大きな成果がありました。それは、彼らに仕事を教えてきた我々自身の成長です。
かれ いちにんまえ しごと おし かんが ぬ われわれじしん
「彼らが一人前の仕事をできるようになるにはどう教えたらよいか」を、考え方抜くことで、我々自身の
しごと おし のうりょく いちじる あ かん おーじえいてい
「仕事を教える能力」が著しく上がったと感じています。これが、メンバー間のOJTなどに生か
され、社員同士が互いに教えあうことが日常的に行われるようになりました。これは職場の雰囲気に
よ えいきょう あた おし にちじょうでき おこな しゃくば ふんいき
良い影響を与えており、我々の部署のエンゲージメントサーベイ結果が社内でトップクラスとなると
めみ せいか
いう、目に見えるよい成果としてあらわれています。

かれ じしん せいちょう がんば ほか いっしょけんめいさき けっか しょくば
彼ら自身が成長しようと頑張り、それを他のメンバーが一生懸命支え、その結果、職場のエンゲ
ジメント/生産性が高まるといった、よい連鎖のきっかけをいただいた、東條様をはじめとしたクジラ
みなさま ほんとう かんしや れんさ とうじょうさま
の皆様には、本当に感謝しております。指導/接し方のレクチャー、日々起こる悩み事の相談、時には、
じっさい さぎょうしどう ば つ あ しえん たまもの ひつづ
実際の作業指導の場にお付き合いいただくなどのたくさんのご支援の賜物です。引き続き、どうぞよろ
ねが
しくお願ひいたします。



ひとり しょうがいとくせい てき こまか ごしどう しょくいきかいはつ さら
コラムによせて…一人ひとりの障害特性に適したきめ細い御指導や職域開発、更には
しょうらい みす なかさま みなさま ふか りかい あたた つつ かれ きんぞく
将来を見据えたガイダンスなど、中様をはじめ皆様の深いご理解と温かさに包まれて彼らは勤続10
ねん むか すえなが ねが いた
年を迎えることができました。これからも末永くよろしくお願ひ致します。

りようしゃ
利用者さんから

いとながまり
糸永真理

しつんしゅうしょく ありがとうセンター支店就職

あきしましょうがいしゃしゅうろうしえん
昭島市障害者就労支援センタークジラの紹介で、ゆうせいチャレンジドありがとうセンター
してんしゅうしょくやくねんまいにちたのはたら
支店に就職し、約10年毎日楽しく働いています。

まえかいしゃていねんはたら
前の会社で定年まで働きたかったのですが、会社の都合でやめることになり、とても困りました
ときとらしやくしょでんわ
た。その時お父さんが市役所に電話をしたら、昭島にクジラがあるからと紹介されて、登録することになりました。山崎さんが仕事を色々探してくれて、ありがとうセンター支店を受けることになったとき、立川のハローワークに山崎さんと一緒に並びました。採用されて、とてもうれしかったです。

いましごとじぶんあおもつきいつかいめんだんしごといえ
今の仕事はとても自分に合っていると思います。月に一回、面談をしていて、仕事のことや家
のことを話せるので、いつも楽しみにしています。もうすぐ10周年になります。これ
も支援センターの細かいご指導のおかげだと思います。今後も仕事を頑張りたいと思つ
ています。



いとなが
コラムによせて…糸永さんとありがとうセンターの求人の受付にハローワークに並んだのが
せんじつようきねんちかまえことなつひおもだ
つい先日の様な気がしますが、もう10年近く前の事だったのですね。とても懐かしくあの日を思い出しました。
つきどめんだんしごとうちはなしにちあたらみせ
した。月に1度の面談では仕事やお家の話だけでなく、〇日にあそこに新しいお店がオープンしますよ！
たのちいきじょうほういただなんて楽しい地域の情報も頂いています。

ナイトサポートとホリデーサポートのお知らせ



かいしゃかえきゅうじつきがるそくだん
会社の帰りや休日に気軽に相談
できる、「ナイトサポートとホリデー^{おこな}
ーサポート」を行ってあります。
だいきんようびだい
第2金曜日がナイトサポート、第
にちようび
3日曜日がホリデーサポートの
かいしょび
開所日です。
よやくせいかならでんわよやく
予約制ですので必ず電話で予約
をしてからご来所下さい。



042-569-6433

ナイトサポート (17:15 ~ 21:00)	ホリデーサポート (10:00 ~ 16:00)
がつかきんようび 1月14日 金曜日	がつにちにちようび 1月16日 日曜日
がつにちきんようび 2月18日 金曜日	がつかにちにちようび 2月20日 日曜日
がつにちきんようび 3月11日 金曜日	がつにちにちようび 3月13日 日曜日
がつよてい 4月の予定はありません	
がつにちきんようび 5月13日 金曜日	がつにちにちようび 5月15日 日曜日

かのうただし しょうがいしゃこようけんぶんろく 加納 正 障害者雇用見聞録

「障害」は「ラベル」でなく、障害者手帳だけでは…課題は理解できません。



A子は45歳でT市の非常勤職員として集約オフィス(組織内の仕事をまとめて障害者雇用している仕組み、彼女以外は精神障害者と支援員)で、2020年から働いている。障害者手帳は療育手帳で「知的障害を伴う広汎性発達障害」と記載されている。

当初の仕事は、シュレッター作業や資料のPDF化、簡単なデータ入力であり、仕事はできていたが、現在、仕事の困難度が高まり「スピードが他の人についていけない」「完成度が低く、ミスが多い」状態が続き、もともと、人間関係が得意でない上に、自分自身が劣等感に苛まれて、いろいろ不調が溜まってきた。それに伴い人間関係、コミュニケーションの悪化、突然怒り出して、険惡な雰囲気になってしまい、さらに人間関係が悪化してしまった。

知的障害を伴う発達障害であるが、療育手帳であったこともあり、「知的障害」を中心の課題とされているが、広汎性発達障害としての支援が大切である。

コミュニケーションは聞かれれば、応えるが、自分から他者へ働きかける時は、音声でなく、「仕事中は静かにしてください」と付箋に書いて渡す。(聴覚過敏か一般的に騒がしくなくとも、彼女にとっては気になってしまう)

渡された方は、「上から目線で失礼、言葉で言えばいいのに、戦闘モードで挑発された」と怒ってしまう。

そこで、支援機関と相談し子供のころ手帳判定の診断以後、知能検査や発達障害としての精神科の受診がないこともあり、精神科クリニックで検査、受診を行ったところ、知的レベルは障害と判断するボーダーラインであるも、凸凹感のある検査結果であった。



「イライラ」を仕事の時だけでも抑えるために服薬を勧めるが、本人は不安感からカウンセリングを選択した(カウンセリングは50分8,000円。毎週1回勧められるが、彼女の1日半の賃金に相当のため1回とする)。

「変化」と「支え」が障害者雇用で就労支援のキーワード(とりわけ知的や精神障害者の「変化」に対して「支え」が必要と発信し、実践してきた。**①**仕事や作業内容、機械や道具が変わる→集約オフィスでは、仕事の内容が高度化してきた。**②**一緒に仕事をする人が変わる→集約オフィスでは、



1人退職し新たに2人が入ってきた。**③**職場が変わる **④**景気や社会が変わる→コロナ禍で社会不安が増大した。**⑤**自分が変わる→年齢も45歳となり体調も変わり始めるのでは**⑥**家族が変わる→家族は後期高齢者になろうとする両親との生活であるが、家事は母親に任せ…彼女を取り巻く状況のいろいろな「変化」が不安感を増幅させ、イライラを募らせてているのではないか。

障害者雇用のキーワードで、採用する側の「不安感」と「負担感」と同時に働く障害者の「不安感」
と「負担感」も見逃してはいけない。A子の「不安感」と「負担感」を理解して「支え」を行ってい
きたい。

B男は、33歳でT市の職員(常勤)である。2019年に障害者枠採用試験に合格、採用されK課で勤務
している。障害者手帳は身体障害者手帳3級で「神経線維腫症による右下肢機能全廃」で、下肢障害
が主として表記されている。

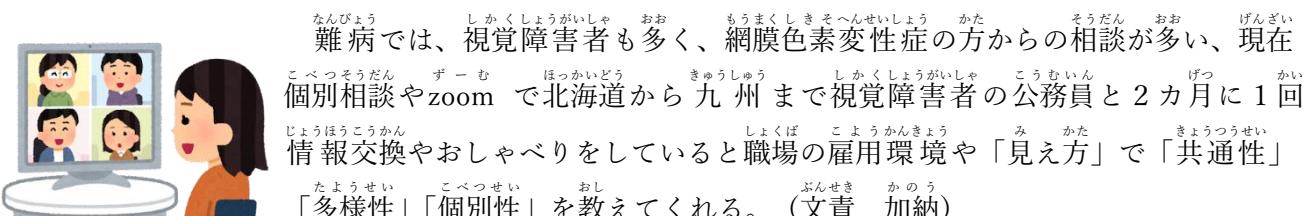
神経線維腫症→あまり聞かない名前であるが、国の難病(360以上の指定がある)
に指定されている疾患である。神経線維腫症はI型(レッククリングハウゼン病)
とII型がある。特徴的には、皮膚の斑点、頭囲が平均より大きい、低身長、骨変形が言われている。

B男が採用になった時、当時の所属の課長が「難病のことは、本人の人権やプライバシーもあり、
聞くことがタブー」とされてきた。あまり社交的でないB男は、自分の疾患について話すことも、世間話
で職場の同僚たちに打ち込むこともしなかった。採用されてから、転倒して怪我で入院と「お腹から
出血して入院?」で休職期間がある。しかし、同僚、上司は病状などを聞くことなく、仕事
のミスも許してきた。「腫物に触る状態」で経過してきたが、周り、特に同僚で

彼に仕事を指導していた先輩から「ミスが多い」「やる気、姿勢が見えない」
「なんども同じことを教えているが…」「マニュアルを渡しても無くしたのか…」
などの批判が出始めた。

難病は、「共通性」と「多様性」と「個別性」があると言われており、難病センターや障害者職業
センターに相談しても、「難病のある人の雇用管理マニュアル」などは作っているが、個別ケース事例
など実績が無く、埒が明かない。

当面、管理職に「障害者活躍推進計画」に基づき、「B男への合理的配慮」のためとしてB男とコミュニケーションをとることと、高次脳機能障害の疑いから、医療との連携と本人との情報共有ためメモリーノート、to-doリスト、1日のスケジュール表などのツールを実践していただくようにした。
障害者手帳や「難病」というだけで、判断するのではなく、コミュニケーションや職務の遂行で課題
を把握し早期に対応することが本人にとっても、雇用する側にとっても大切である。



難病では、視覚障害者も多く、網膜色素変性症の方からの相談が多い、現在
個別相談やzoomで北海道から九州まで視覚障害者の公務員と2カ月に1回
情報交換やおしゃべりをしていると職場の雇用環境や「見え方」で「共通性」
「多様性」「個別性」を教えてくれる。(文責 加納)

クジラアンケート

利用者のみなさんへアンケートをお願いしました
クジラのみなさんが今思っていること教えてください！



① 今、歌いたい歌は？その理由は？

はだしのすてっぷりさ
HADASHI NO STEP (LiSA)
きずな
絆-ごくせん主題歌-(赤西仁、亀梨和也)
こい
恋するフォーチュンクッキー (A K B 4 8)
カラフル (クラリス)
ハピネス (AI)
いとなかじま
糸(中島みゆき)
まんかいかいかせんげん
MANKAI開花宣言-A3! の主題歌- (A3ders!)
あい
愛は勝つ(KAN)
るーむ
ROOM(チエッカーズ)
こいふきよ
恋降る月夜に君想ふ(King & Prince)
めら
Mela! (緑黄色社会)
かぜふ
風が吹いている(いきものがかり)

チャンピオン(アリス、谷村新司)
よろこびの歌(yuzu)
わになっておどろう(V 6)
世界に一つだけの花 (SMAP)
ヘビーローテーション(A K B 4 8)
僕が君の耳になる(HAND SIGN)
サザンの曲、スマップメドレー、
巨人坂本の曲
負けないで(ザード)
遠く遠く(May J.)

元気になれるから、
勇気が出るから、
コロナ禍だから、聞き
たい、歌いたい！

かしゅす
歌手が好き
うたす
歌が好き、
かっこいい、
はやきょく
流行りの曲、
もりあ
盛り上がるか
ら、推しかか
ら、これしか
うた
歌えないか
ら、難しい
きょく
曲に挑戦し
たいから、
かわ
冬だから！

まも
守ってあげる(ジェジュン)
あんさー
Answer-探偵学園Q 主題歌-(FLOW)
きみが悪い世界(ピースアパート)
くれんげ
紅蓮華 (LiSA)
くちなしの花 (渡哲也)
カイト(嵐)
はくじつ
白日 (King Gnu)
ブルーバード(いきものがかり)
せかい
世界の果て(CIVILIAN)
か
変わりゆくもの変わらないもの
でいぶくわっど
(DEEPSQAD)
もり
森の熊さん
うつせえわ(Ado)

わかものうたとくき
若者の歌(特に決まっていない)
な
名もなき詩(Mr.Children)
こよいつき
今宵は月のように(エレファントカシマシ)
ひたびだ
いい日旅立ち(山口百惠)
おぎのめようこ
ダンシングヒーロー(荻野目洋子)
こんどうまさひこ
ギンギラギンにさりげなく(近藤真彦)
アニソン
あほし
明け星 (LiSA)
まきはらのりゆき
どんなときも(槇原敬之)
まつもとりか
めざせポケモンマスター(松本梨香)
あらし
ふるさと(嵐)
ゆき
雪の華(中島美嘉)
こあくま
小悪魔だってかまわない(めいちゃん)

くちぶえ
口笛にかわるまで(いきものがかり)
チエリー(スピッツ)
3月9日(レミオロメン)
アメイジンググレイス(本田美奈子)
しまんちゅ
島人ぬ宝(BEGIN)
うみ
海の声(浦島太郎 (桐谷健太))

どうよう
童謡
じょうとうくみすたーちるどれん
常套句(Mr.Children)

おもで
思い出
かぞく
家族、修学旅行、彼、子どもに
うた
歌った、人生の教訓、ドラマ、
し
あ
知り合いが歌ってとても良い
おも
なと思った、などなど！

②コロナ禍ではまったことは？

<p>アウトドア系</p> <p>ストレッチ体操 キャンプ 気分転換に散歩 野菜の栽培と収穫 サイクリング 買い物 ジムでのトレーニング 空を見上げること</p>	<p>映画鑑賞</p> <p>はまったドラマ…孤独のグルメ 好きな女優さんの出ているドラマ 小説 Web小説 漫画 アニメ ゲーム 任天堂スイッチ 絵を描くこと 家のみ(家族で) ジャニーズなにわ男子 コロナ禍で色々なことに初めて挑戦</p>	<p>インドア系</p> <p>King & Prince A3！ 東京リベンジャーズ メダカの飼育 スクラッチ ガンプラ スクラッチぬりえ 手話 ミサンガ作り ダーツ イラストロジック</p>
<p>家事系</p> <p>断捨離 部屋掃除 風呂拭き トイレ掃除 食器洗い お母さんのお手伝い にわの草むしり</p>	<p>職場で育てたオクラ料理 自分量での料理の味付け が上達 卵焼き サラダ チャーハン ホットケーキ お菓子作り</p>	<p>スマホ、インターネット</p> <p>YouTube(鉄道の記録) アニメ 犬の動画、YouTubeの音楽でトレーニング、家事をしながら インターネット動画鑑賞(Hulu, FOD, Netflixなど。) ジモティーでのやりとり スマホのカラオケ</p>

③さらに一言！

- ☆コロナ禍がおさまってから、みんなと楽しくクリスマスをむかえたい
- ☆仕事もさらにがんばりたい！！
- ☆コロナ禍で人との触れ合いが大切だと感じました
- ☆職場でも人との交流がまったくなく毎日一言も話さずにすごすことが多いので友達ができる機会がほしい
- ☆コロナに負けないように日々頑張っています
- ☆息抜きを短くすませられることを探し中
- ☆みんなでディズニーランドへ行く、ハロウィンの仮装大会
- ☆クジラで忘年会を企画してほしい
- ☆コロナが収まったら花見及びクリスマス会
- ☆もうすぐ誕生日です



アンケートにご協力いただきありがとうございました。
コロナとの生活が長くなり、会う機会が減っていましたが、皆様の気持ちを感じることができたことをとても嬉しく思いました。

れいわ ねんど あきしましょうがいしやしゅうろうしえんじぎょう じぎょうほうこく
-令和3年度 昭島市障害者就労支援事業 事業報告- 2021.11.30現在

とうろくしやじょうきょう めい
クジラ登録者状況 162名 (実人数)

・身体障害者手帳保持者 14名	・手帳なし 1名
・愛の手帳保持者 124名	・その他の障害での 手帳保持者 53名
・精神保健福祉手帳保持者 33名	こうじのうきのうしょうがいめい 高次脳機能障害3名 てんかん8名 はったつしょうがいめいなんびょうかんじやめい 発達障害 39名 難病患者3名
	※ <input type="checkbox"/> ないの内は延べ人数

げんざいしゅうろううちゅう めい めいちゅう
現在就労中 150名 (162名中)

いこう しんきしゅうしょくしゃ めい とくべつしえんがっこうしんそつ めい
 (2021.4.1以降の新規就職者19名、うち特別支援学校新卒8名)

しゅうろうしえん せいかつしえんじっせき けん
就労支援・生活支援実績 3,827件

ほうほうべつけんすう
○方法別件数

らいしょ ・来所 220件	ほうもん ・訪問 (企業・関係機関・家庭へ) 188件
でんわ ・電話 (Email、Fax、Line含) 3411件	ほか ・その他 8件
	(計) 3,827件)

ないようべつけんすう
○内容別件数

しゅうろう かん <就労に関して>	せいかつ かん <生活に関して>
しょくぎょうそうだん ・職業相談 87件	にちじょうせいかつ ・日常生活の支援 431件
しゅうしょくじゅんびしえん ・就職準備支援 734件	あんしん ・安心して職業生活を 636件
しょくばかいたくけんすう ・職場開拓件数 12件	ゆた ・豊かな社会生活を 197件
しょくばじしゅうしえん ・職場実習支援 3件	きず ・築くための支援 0件
しょくばていきゃくしえん ・職場定着支援 1,655件	じこ ・将来設計や本人の自己決定支援 0件
りしょくじ ちょうせい ・離職時の調整 62件	(計) 3,827件)
およりしょくごしえん 及び離職後の支援	

