

3stepで進める障害者雇用

第1 step 準備 (予備知識の学習と受入現場の教育)

第2 step 採用 (チェックリスト と ドラフト式採用例)

第3 step 定着 (Selfcheck と 3S-care)

Self-care Staff-care Social-care

2018年9月29日

一般社団法人
静岡障害者就労
企業交流会
代表 福田次朗





第1 step 準備

障害者雇用の予備知識の学習
障害者受け入れ現場の教育

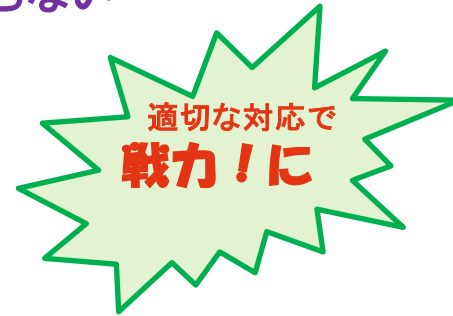


今、まさに障害者雇用の変化点です。

1. 障害者雇用の必要性が増大

①法定雇用率を確保(法順守)しなければならない

②既存労働者人口減少による人手不足
⇒ 精神障害者が戦力になる
(対象:寛解レベル精神障害者)



③障害者のためのユニバーサルな作業
⇒ 誰でもできる作業(改善)

2. 2018年度以降の法改正で企業の対応が急変

①法定雇用率が現行の2.0%⇒2.2%(2018年度)⇒2.3%へ

未達成会社の社名公表前の警告アラームは報告会社単位の10名から

②精神障害者雇用義務化



雇用した障害者の カウント数(企業のポイント)とは

カウントされる障害者は**手帳を取得していること**が必要です

※一週間の労働時間

	短時間以外の常用雇用労働者	短時間労働者
	※ (30時間以上)	(20時間以上30時間未満)
身体障害者	1	0.5
重度	2	1
知的障害者	1	0.5
重度	2	1
精神障害者	1	0.5 (注)

詳しくは、厚生労働省ホームページにてご確認ください。

精神障害者雇用には助成金と奨励金があります



1 助成金

- ① 特定求職者雇用開発助成金
- ② トライアル雇用助成金
- ③ 障害者雇用安定助成金

2 奨励金

精神障害者職場定着支援奨励金

詳しくは、厚生労働省ホームページにてご確認ください。



障害者就労に関係する機関を知りましょう

主な団体	備考
高齢・障害者・雇用支援センター	設備関係の助成金中心
ハローワーク	求人と登録者紹介(無差別)
障害者就業・生活支援センター	登録者紹介と福祉サポート
障害者就労移行支援事業所	移行訓練(企業就労前提)
障害者就労継続支援事業所 A型(雇用契約有) B型(契約無)	移行訓練 (移行支援で就労できなかった人)
職業訓練校	特別支援学校から次の自立訓練 (即戦力候補)
特別支援学校	未成年対象(介助供与+自立訓練)
その他福祉法人・その他	
病院(精神科・心療内科・その他)	治療最優先



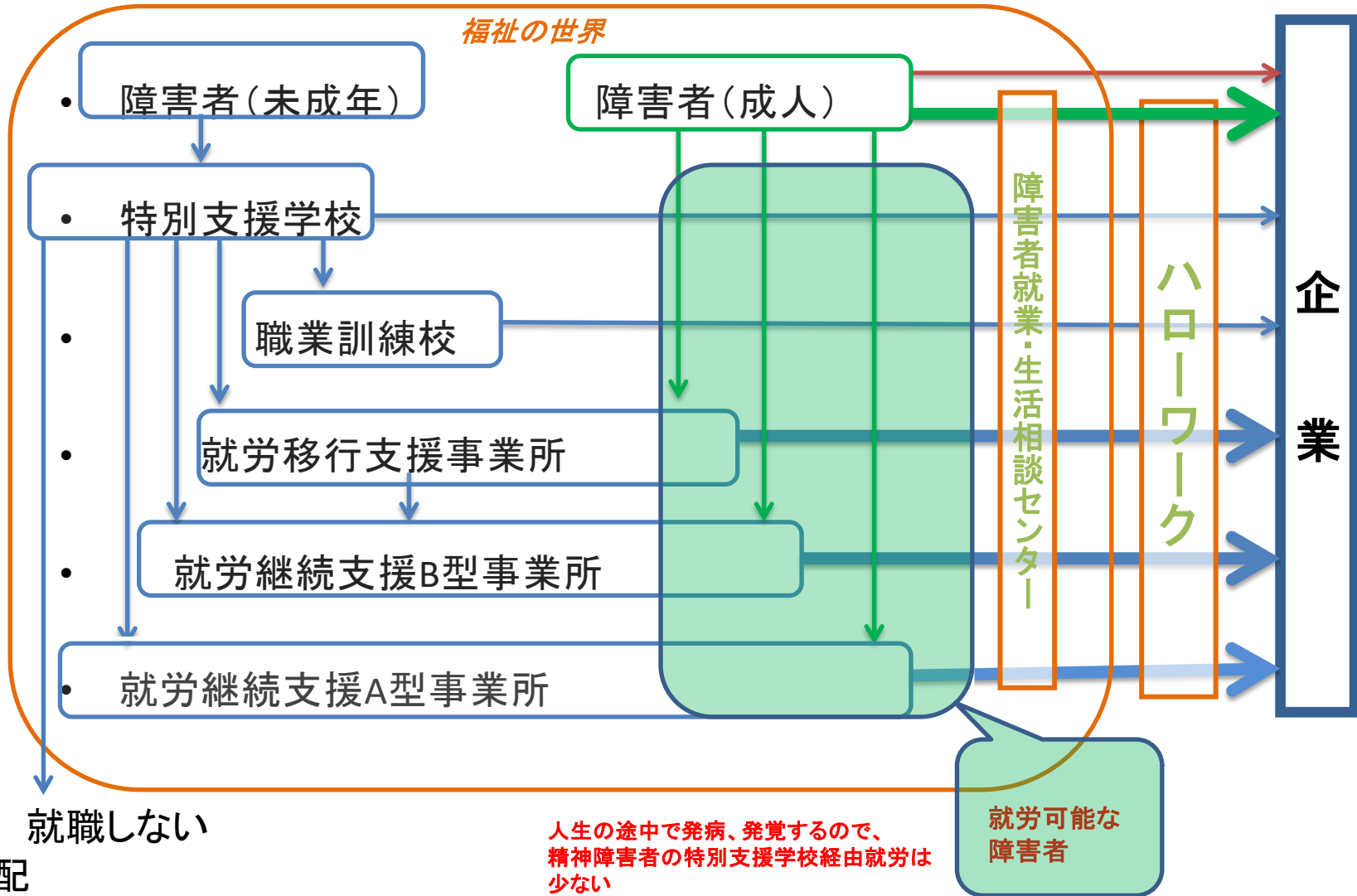
藤枝市近隣の支援機関一覧

主な団体	藤枝市の当該施設
ハローワーク	焼津ハローワーク
障害者就業・生活支援センター	ぼらんち
障害者就労移行支援事業所	空と大地と
障害者就労継続支援事業所 A型(雇用契約有) B型(雇用契約無)	ハルモニア・すみれの家・空と大地と SES・元気村・暁・こころ・ドレミ・すばる やまばと学園・アクシア・リカバリー等
職業訓練校	駿遠学園等
特別支援学校	藤枝特別支援学校 (藤枝本校・焼津分校・吉田分校)
その他福祉法人・その他	静岡県ジョブコーチ ネットワーク藤枝
病院(精神科・心療内科・その他)	駿府病院・すだ医院・やきつべの里等



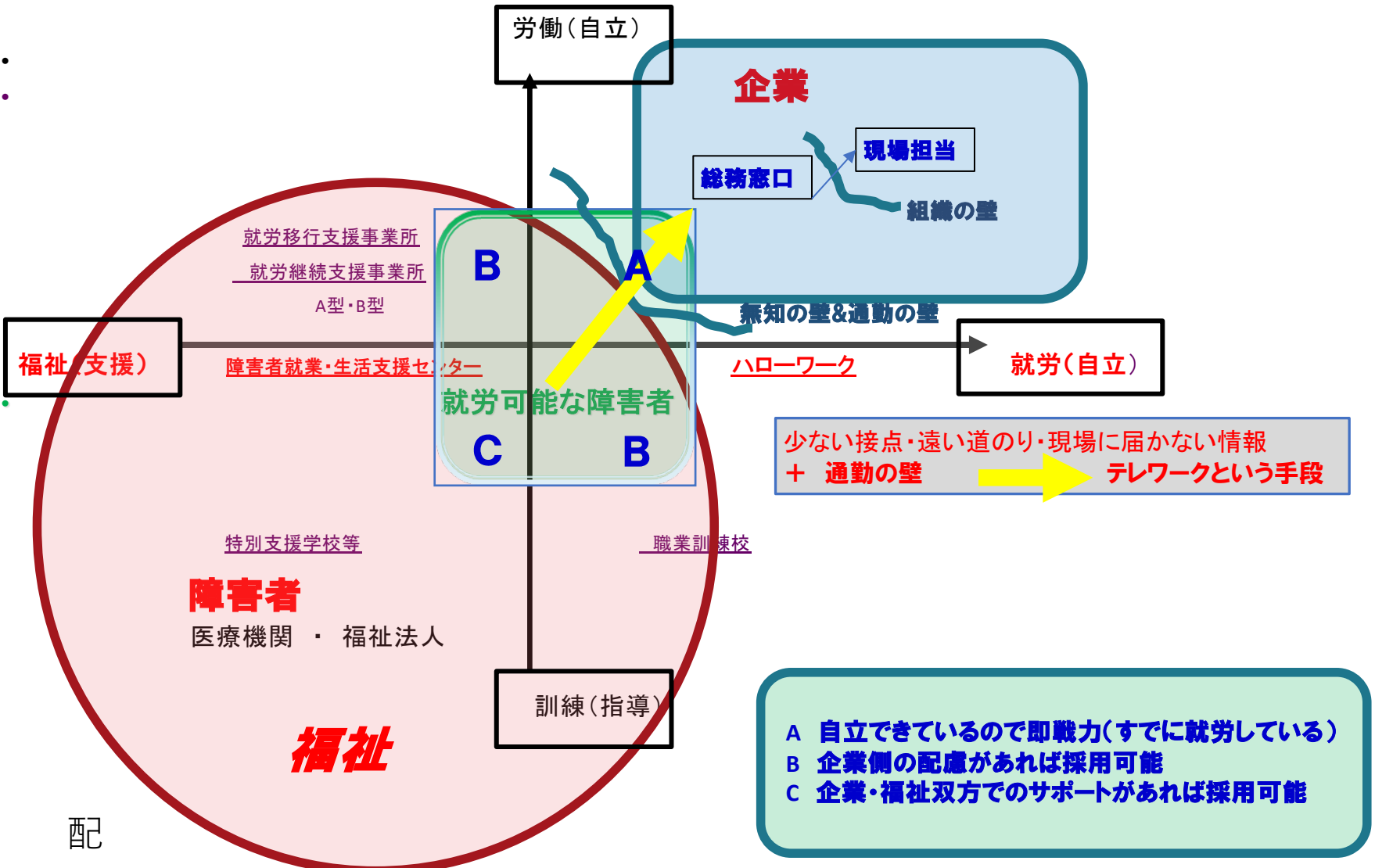
**就労の対象となる障害者は
どこにいるのでしょうか？**

就労可能な障害者の流れをみましょう





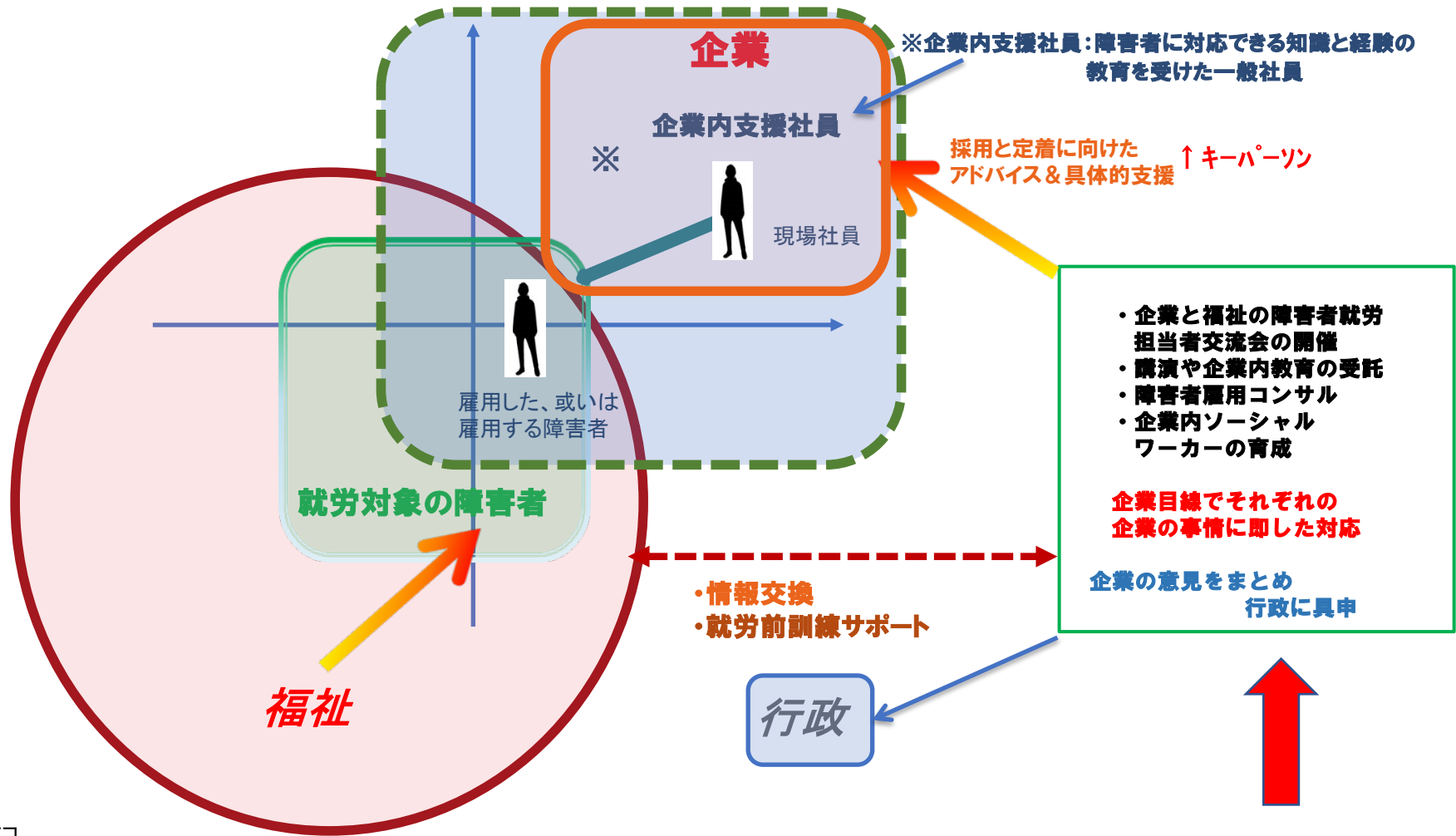
全ての障害者個人への支援・指導を前提とした福祉と 労働基本法や労働安全衛生法の基の自立を前提とした企業に 就労し自立を目指す就労可能な障害者雇用とは違う世界です。





これからの障害者雇用では

企業内、自社内に「**障害者に対応できる障害者支援社員**」を育成して
採用基準を下げ、就労対象障害者受け入れることが必要になります





就労の対象となる障害者とは？

雇用率がアップし、企業が採用を進める中、心が自立している身体障害者さんはすでに就労されており、知的障害のかたも支援の仕組みが構築できているので就労が進んでいます。

その次は、精神障害者さんが、対象になってきます。そこで、精神障害者さんの雇用についてお話を進めます。



就労対象となる精神障害の種類を知ましょう

精神保健福祉手帳を持つこと ※先天的が多い

- ・統合失調症(心因性)
- ・気分障害(双極性障害)

薬の着実な服用
日常の接し方

・てんかん※

薬の確実な服用
発症時の対応を
ビデオなどで習得

・中毒精神病

・器質性精神病(外因性)

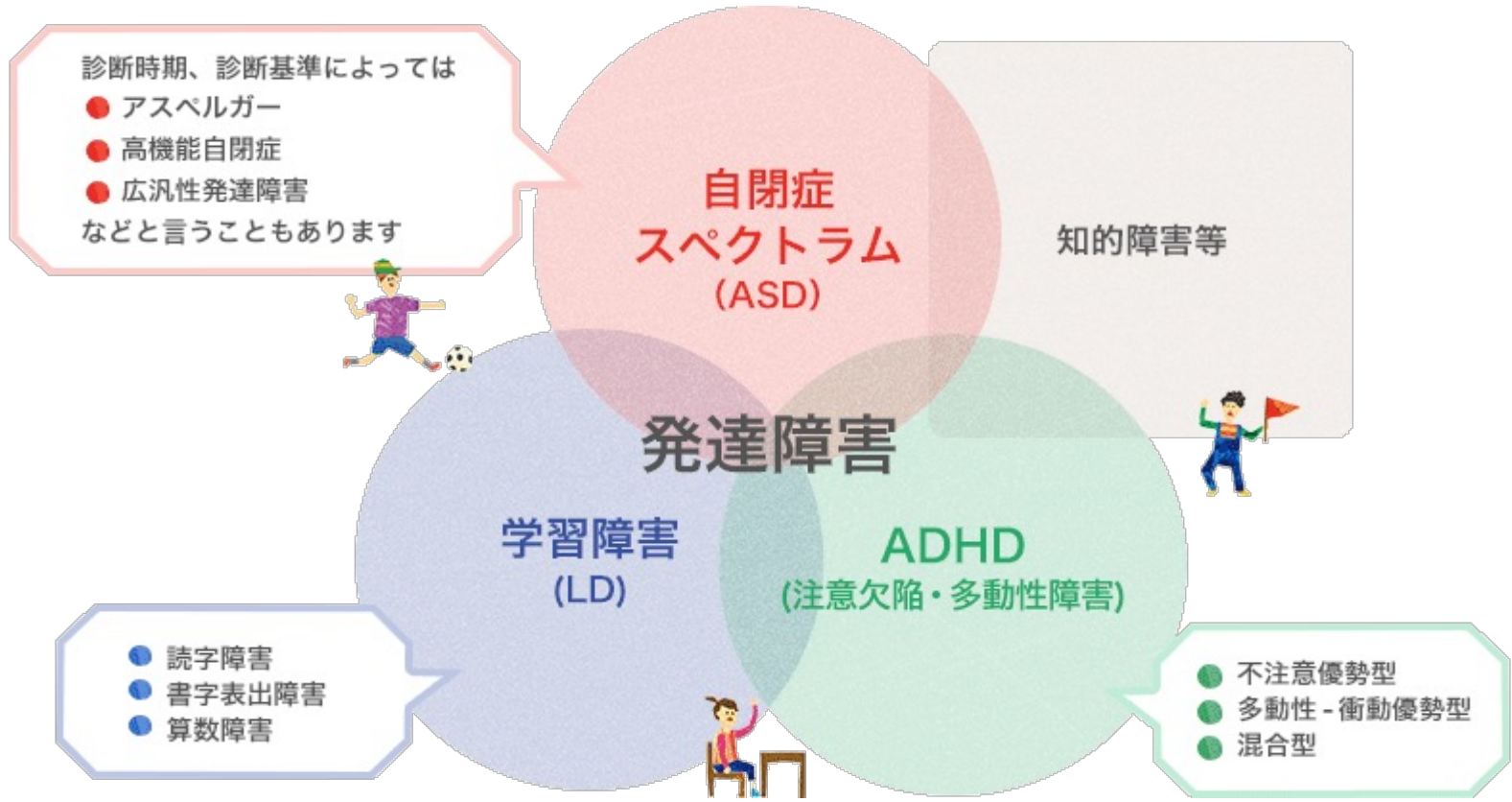
・発達障害※

日常の接し方

・その他の精神疾患



発達障害とは（先天的）





統合失調症とは

陽性症状

- 妄想
- 幻覚
- 思考障害



陰性症状

- 感情鈍麻
- 思考の貧困
- 意識の欠如
- 自閉



認知機能障害

- 記憶力低下
- 注意・集中力低下
- 判断力の低下





統合失調症の症状 1

本人が気づきにくい症状



しゃべらない



ひとり言や
ひとり笑いが
多くなる



事実にないようなことを
考えたり話したりする



部屋に閉じこもる
身だしなみが乱れる
食べない



怒りっぽくなる

人を疑うようになる





統合失調症の症状2

本人が気づきやすい症状



考えがまとまらない

自分の考えがすべて正しいと思える



眠れない
イライラする
集中できない



気分が落ち込む//
憂うつ
何もしたくない
物事が興味がわからない



その場にはいない人の声や
神様の声が耳や頭の中に
直接聞こえてくる

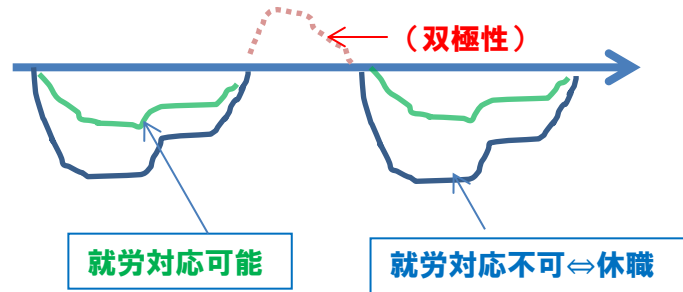


考えたことが
つつぬけになってしまう



統合失調症の症状の発現3パターン

• 反復型



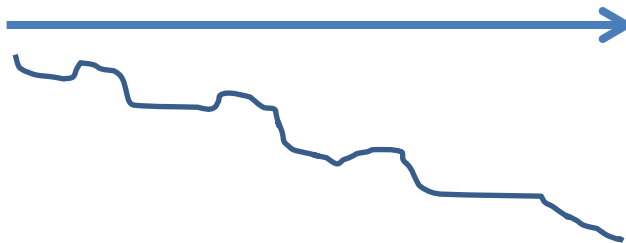
予後が推測できれば
雇用の工夫ができる

• 固定型



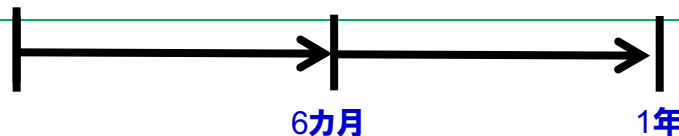
1年ぐらい様子を見る
(変化が読める)

• 進行型



進行型は就労不可

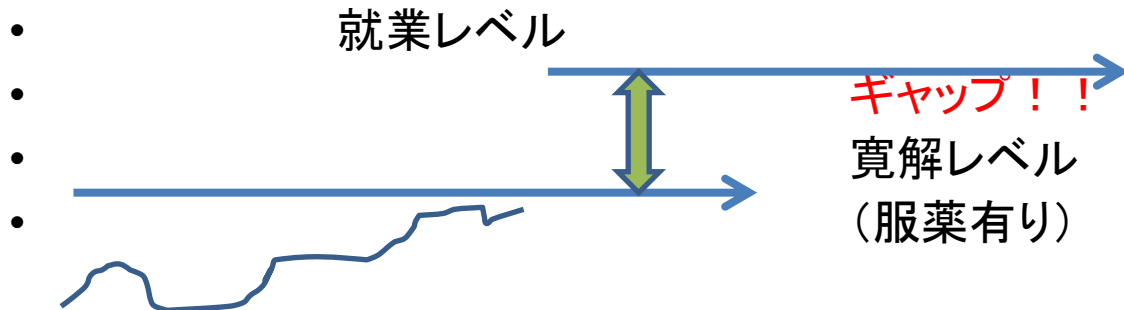
医学博士 佐野秀典 先生
の資料より抜粋





統合失調症の症状の寛解状態とは

- どのような障害なのか、どの段階にいるのかを知りましょう。



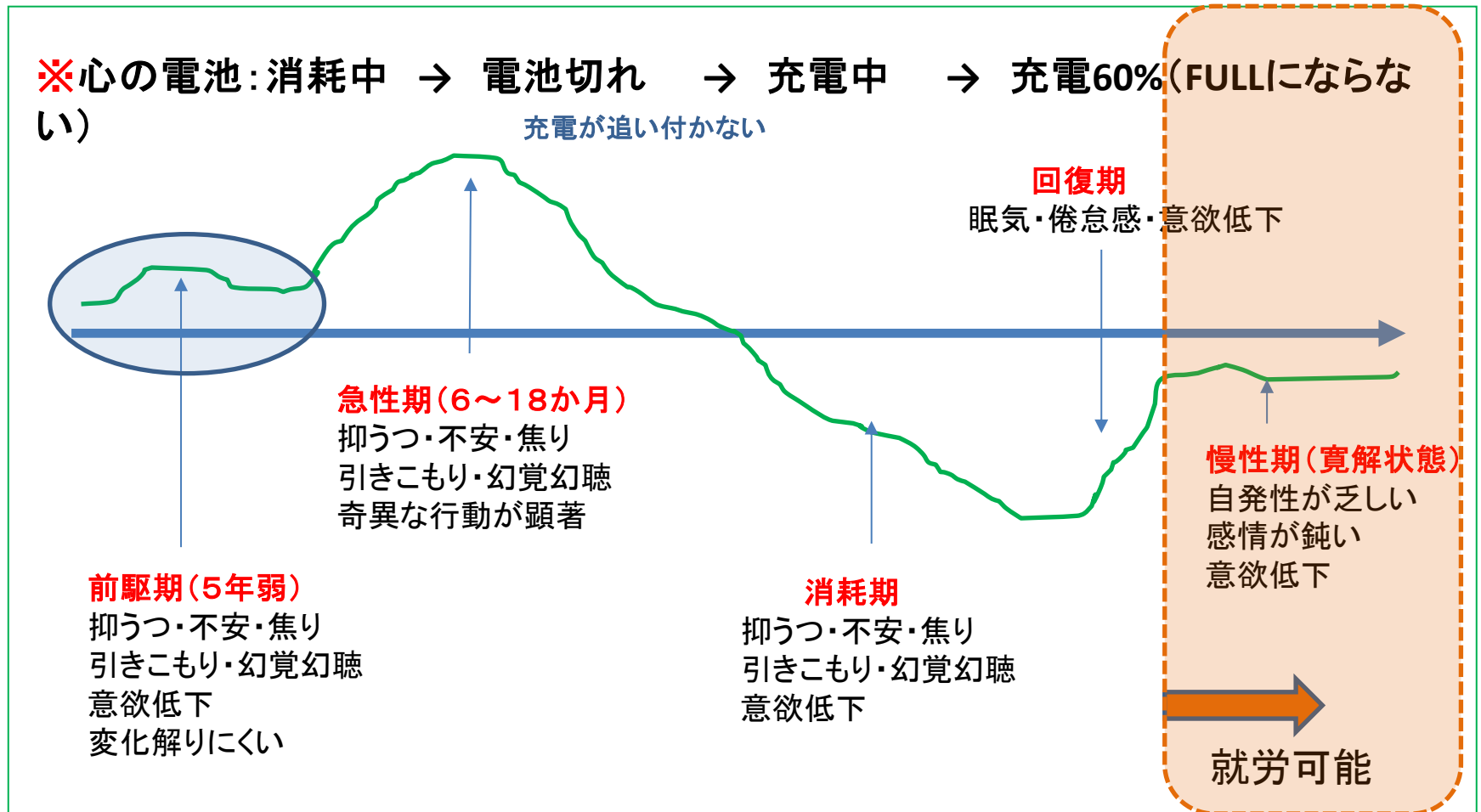
①寛解レベルに
就業可能レベルを近づ
ける工夫をする。

②もともと就業レベル
に近い軽度障害者を選
ぶ

- 障害が治癒または寛解(無症状)していても、就業可能な水準
であるとは限りません
- 反復型であれば再発を、固定型であれば業務水準の不足を、
進行型であれば、増悪してゆくことも考えられます。
- 状態は主治医に判断してもらい、なるべく主治医から具体的な指示を得る
- 本人だけでなく、家族や支援者の意見も聞く

医学博士 佐野秀典 先生
の資料より抜粋

統合失調症の発現と治癒の過程 & 就労可能域

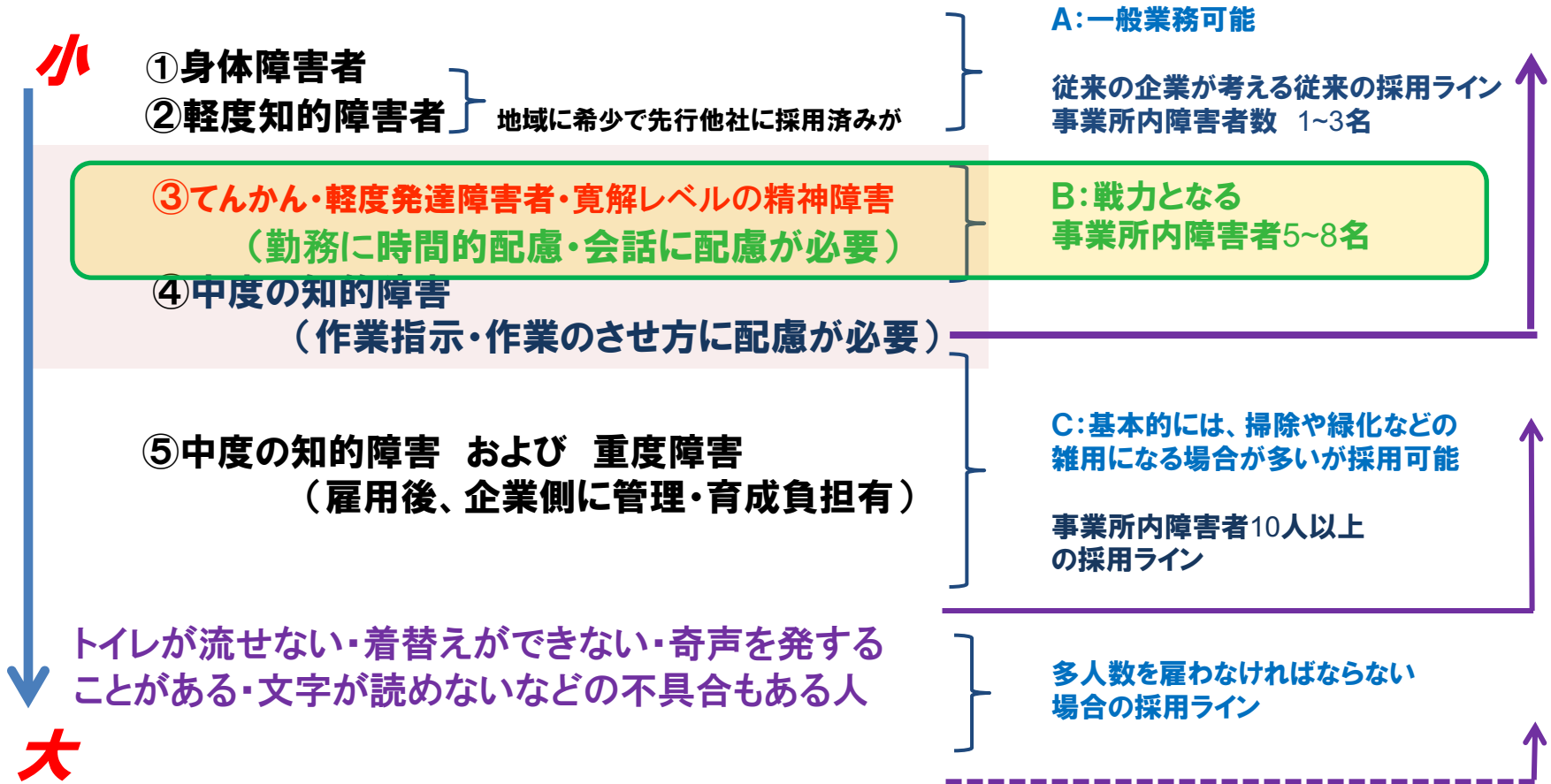


※心の電池は、良い出来事でも悪い出来事でも消耗する。人との接触で消耗大



就労対象になる精神障害者について

<基本条件：自力で毎日通勤でき、一人で食事・トイレにいける>



企業の対応負担

配



見え隠れする障害者の方の気持ちを知りましょう

① 本人の気持ち

自分はちゃんと仕事ができるかな？

病気が悪くならないかな（短時間なら頑張れるかも）

自分は健常者なのに

② 家族の気持ち

社会復帰してほしいけど、病気が悪くならないかな

人前にさらしたくないなあ

将来は、独り立ちしてほしいなあ

③ 会社の上司の気持ち

けがをしないかな？（労働安全衛生法が怖い）

ちゃんと毎日来てくれるかな？

周りとケンカしないかな？

「挨拶や仕事できるかな？」は、後回しなんですよ。



彼らに適した仕事を見つけましょう

	適正な仕事例	合理的配慮例
身体	<ul style="list-style-type: none">・障害によってできない仕事を物理的に補助してできる仕事であれば全て可能	<ul style="list-style-type: none">・障害に応じたバリアフリー化
知的	<p>【判断にグレーゾーンの無い作業】</p> <ul style="list-style-type: none">・プレスやシャーリングマシン等の単純な機械の運転・パーツの組み立て作業・検品や分別作業・清掃や緑化作業 など	<ul style="list-style-type: none">・明確な作業指示と見える化・明確な作業時間と休憩時間の区別と指示・褒めること(肯定配慮)・生活相談員の配置
精神	<p>【マイペースでできる個人作業】</p> <ul style="list-style-type: none">・パソコン作業 ※・デザイン(特性有) ※・翻訳などの仕事(個人特性有) ※・施設園芸作業 (植物の手入れ 養液調合)・縫製や物づくりの職人作業・調理 製パン など	<ul style="list-style-type: none">・フレックスタイム制などの就業規則の変更・障害に応じた休息時間と休息場所の設置・障害者にNGワードを言わない・病状の変化に応じた作業内容や作業時間の変更・生活相談員の配置(キーパーソン)

配 ※在宅勤務可能

全てにおいて安全配慮と避難訓練等の実施




第2step 採用

チェックリストを活用した事前準備の再確認



精神障害者雇用チェックリスト1 (準備)

	社内の対応	社外の対応
雇う側	<input type="checkbox"/> 必要採用人数を確認 <input type="checkbox"/> 現場の担当者(キーパーソンKP)決定 <input type="checkbox"/> KPの障害者職業生活相談員講習受講 <input type="checkbox"/> KPの体験訓練を受講 <input type="checkbox"/> 障害者を受け入れることを現場に説明 <input type="checkbox"/> 社内講習実施 <input type="checkbox"/> 障害者にさせる仕事を切り出し <input type="checkbox"/> 切り出した仕事に適した障害者の ガイドラインと雇用条件を仮設定 <input type="checkbox"/> 就業規則変更やバリアフリー改善の実施 <input type="checkbox"/> 産業医に連絡	<該当障害者有無確認> <input type="checkbox"/> ハローワークと連絡 <input type="checkbox"/> 障害者就業・生活相談センターに連絡 <div style="text-align: center;">  </div> 必要に応じ接 触 <input type="checkbox"/> 特別支援学校 <input type="checkbox"/> 職業訓練校 <input type="checkbox"/> 就労移行支援事業所等
	本人	家族
雇われる側	<input type="checkbox"/> 精神障害者手帳保持 <input type="checkbox"/> 就職する意志がある <input type="checkbox"/> 精神科に通院し、就労を医師が許可 <input type="checkbox"/> 障害者就業・生活支援センターに登録 <input type="checkbox"/> 就労移行支援者がいる <input type="checkbox"/> 毎日、適正で安全な通勤手段がある	<input type="checkbox"/> 就職させる意思がある <input type="checkbox"/> 通院・投薬を見守りできる <input type="checkbox"/> 生活リズムを見守りできる <input type="checkbox"/> 緊急時に会社と協調できる



障害者雇用チェックリスト2（準備）

	社内の対応	社外の対応
雇う側	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/>面接で雇う（KP同席）<input type="checkbox"/>面接会に参加する。（KP同席） <input type="checkbox"/>キャリアプロフィール確認 学歴・職歴・病歴・投薬状況・家庭環境 <input type="checkbox"/>現場で実際に双方マッチング確認<input type="checkbox"/>トライアル雇用→採用 <input type="checkbox"/>日頃から施設外就労で見極める場合 ⇒<input type="checkbox"/>指名求人制度で採用 ⇒	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/>家族と面談 （知的・精神の場合） <input type="checkbox"/>支援機関確定<input type="checkbox"/>支援者を入れた面談 <input type="checkbox"/>トライアル制度利用申請 <input type="checkbox"/>請負契約締結<input type="checkbox"/>ハローワークに指名求人 ※

	本人	家族
雇われる側	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/>キャリアプロフィールのメモを作っておく 学歴・職歴・病歴・投薬状況・家庭環境<input type="checkbox"/>希望する仕事や条件のメモを作っておく	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/>仕事先の見学



ハローワーク指名求人※登録とは (特定求職者雇用開発助成金対象)

この時点で、ハローワークの紹介として正式に履歴書受理・入社手続き
(指名求人なので、他社に情報が漏れない。研修中は交通費を含む
金銭を出さない、基本、履歴書も受け取らないことが大切)

一般にハローワークでの求人は、公募形式となっており、企業はハローワークから紹介された不特定多数の紹介者から採用者を決めることとなります。

- しかし障害者雇用の場合、職場実習などを経て採用されることが多く、
- 企業が「求人申込み」をハローワークにする時には、すでに採用する者が決まっているケースがほとんどです。
- このような場合、企業が「求人申込み」をする場合に、採用する者の名前をあらかじめ指名して求人することを「指名求人」といいます。
- 企業が「指名求人」であることをハローワークに伝えておくと、求人情報を登録されても、その求人情報はオープンにされず、指名された人にもみ職業紹介されるようになります。
- ただし、事前にハローワークとの連携を怠ると、「『雇用予約』があったのではないかと誤解されてしまい、助成制度が活用できなくなる場合もあるので、
- 支援機関は事前にハローワークとの連携を密にとり、事前に職場実習などの情報を交換し、「指名求人」をかけることを伝えておく必要があります。



1次面接票例 (面接時は支援員等のサポーターに同席してもらう)

ハローワークを経由していない時点では、履歴書よりも、キャリアプロフィールや治療歴メモなどを見せてもらうとよい。

	質 問	備 考
①	お名前・年齢・お住まい・連絡先を教えてください。	本人確認
②	精神障害者手帳を見せてください。	有無と本人照合
③	就業・生活相談センターに登録していますか？	
④	精神科にかかっていますか？	病院名確認
	現在飲んでいるお薬の種類と量と飲む時間を教えてください	安定剤・睡眠薬・抗鬱剤などの量と時間を確認。過量な場合や日中服用者は就労が難しい。
⑤	どうやって弊社に通勤されますか？	自力、毎日30分以内目途
	ご自宅から弊社までの簡単な道のりを紙に書いてもらえますか？	1枚にうまく書けるか？ 空間認知欠如や方位認知欠如・今の躁鬱性を確認
⑥	ご希望の就労時間や時間帯・休日がありますか？	雇用条件表提示
⑦	一度職場を見学もしくは体験しませんか？	2次面接へ

精神障害者雇用

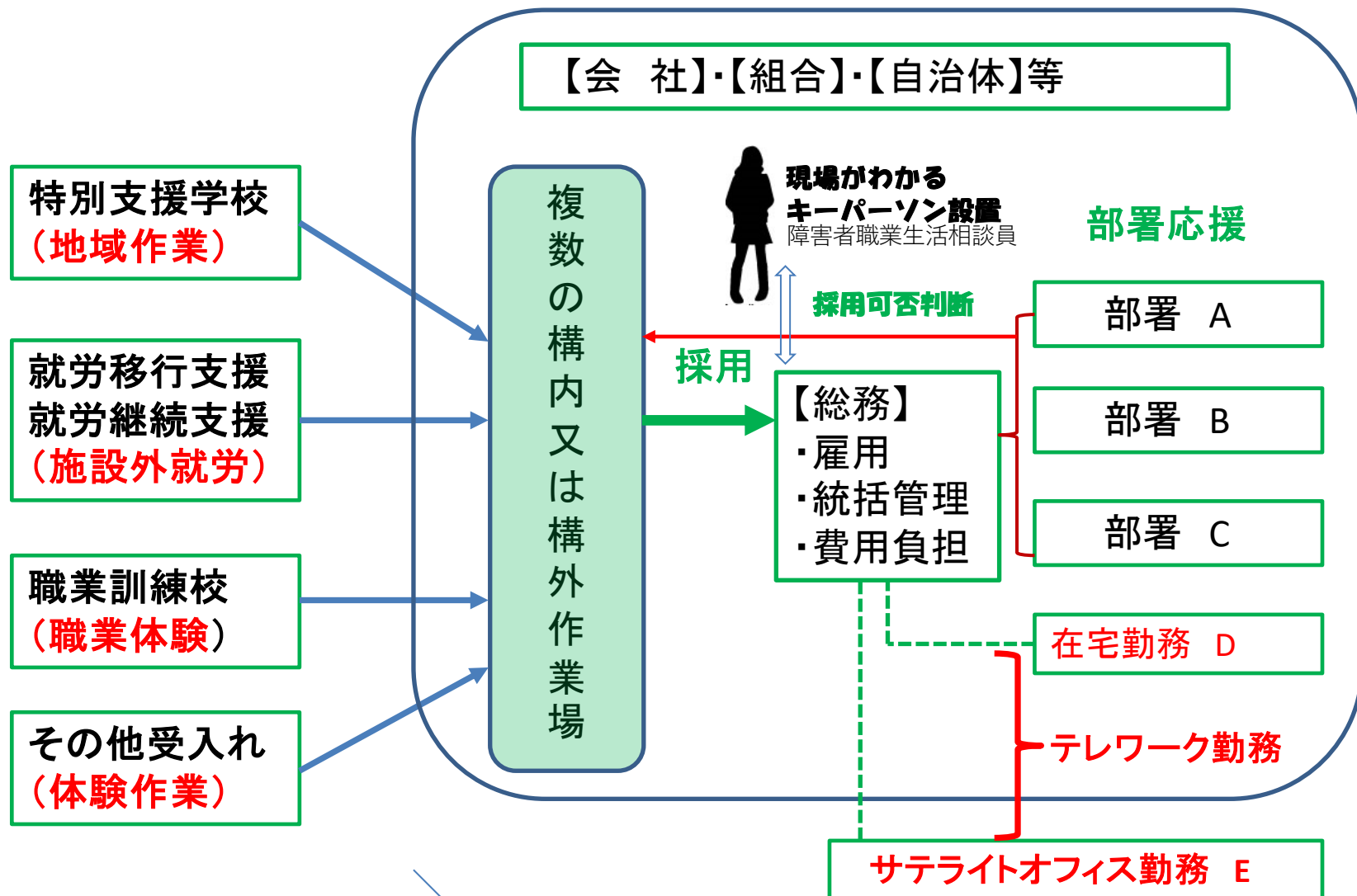


(薬の知識・処方と仕事上の問題や安全配慮例)

よく耳にする薬と効能(福田の体験より)			
		効いてる時間※	注意事項※※
睡眠薬	ハルシオン	3時間	朝服用していたら、車の運転や一般業務はさせてはならない 睡眠薬と抗不安薬は併用して処方されることが多い。 抗不安薬で気持ちを安定させたいうえで、睡眠薬を服用することが効果的
	アモバン	4時間	
	マイスリー	6時間	
	レンドルミン	6時間	
	サイレース	12時間	
	ロヒプノール	12時間	
抗うつ薬	ルボックス	24時間	通常作業は問題なし 途中で服用をやめたり過剰服用すると悪化する。
	パキシル		
	ジェイゾロフト		
	レクサプロ		
抗不安薬	リーゼ	6時間	朝服用していたら、車の運転や一般業務はさせてはならない 服用量が多いと強い眠気で作業できない 常用薬がでることがある。
	デパス		
	ソラナックス	16~24時間	
	コンスタン メイラックス		
抗精神病薬	ジプレキサ	24時間	通常作業は問題なし
	リーマス		
	ストラテマ		
	エビリファイ (アリピプラゾール)		
※人によって異なる。 ※※風邪薬などと併用しても副作用の眠気が増大する アルコールとの併用は厳禁			

これからの障害者雇用は 精神障害者の個々の能力や病状を

- ・直接理解する【ドラフト式雇用システム】と
- ・現場に負担をかけない【一括管理応援システム】&【テレワーク勤務】に





施設外就労と施設外支援の違いをみましょう

(1) 施設外就労

「就労支援事業所職員が、利用者である障害者に同行し、
企業内で作業する」

請負作業契約書が必要です

(厚生労働省通達「障障発0904第1号」)

(2) 施設外支援

「就労支援事業所職員は同行せず、利用者である障害者だけで、
企業内で作業する」

派遣作業契約書が必要です

(厚生労働省通達「障障発0904第1号」)

第3 step 定着



<企業サイド>担当障害者さんと毎日接触

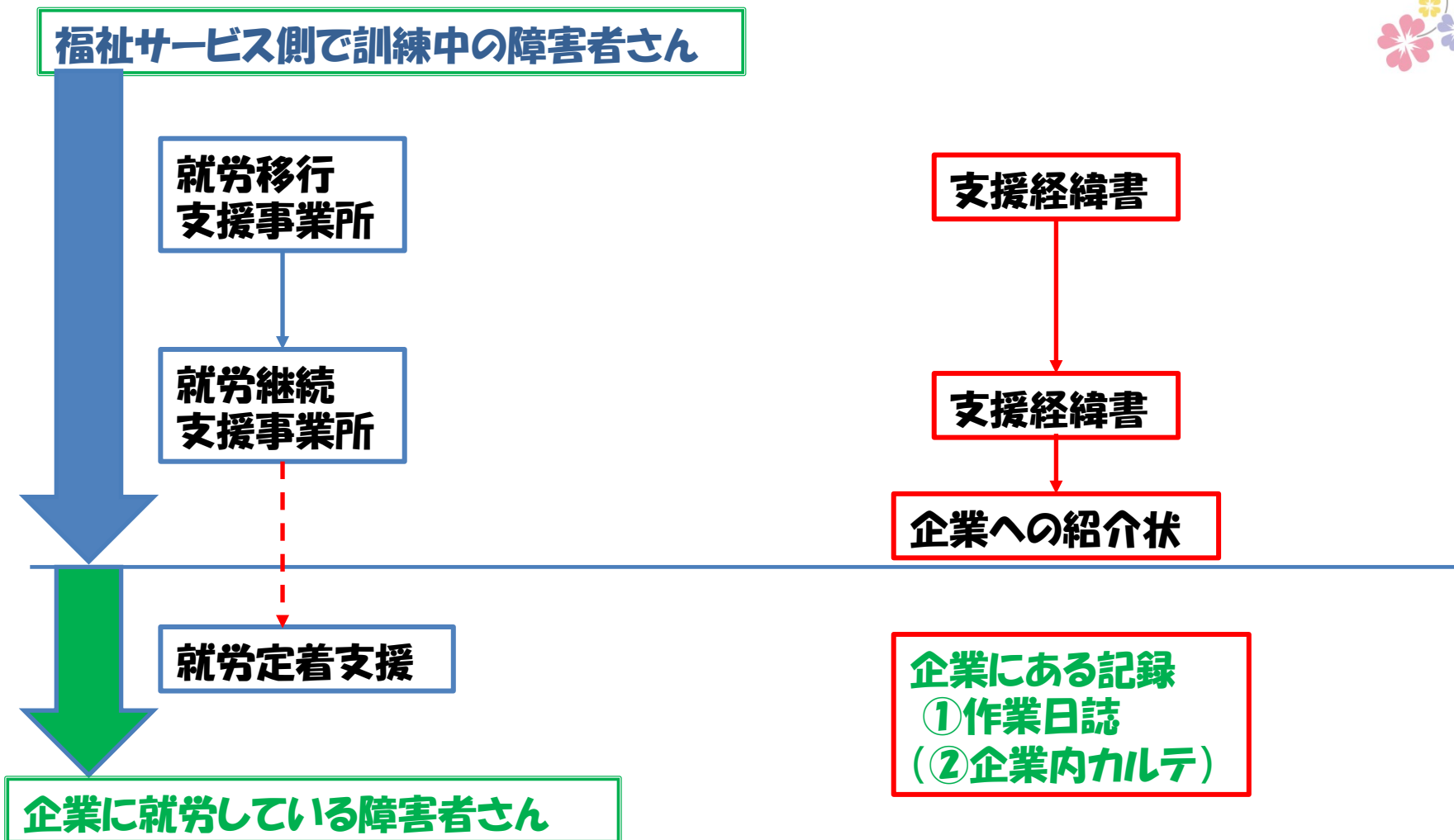
セルフチェック & セルフケアトレーニングがポイント
(Selfcheck & care Staffcheck&care Socialcare※)

※この場合のsocialとは会社のことです。

<福祉支援者サイド>担当障害者さんとたまに接触

就労後の流れを読み取るコミュニケーションツールが必要
(Selfcheck-sheetを企業と共用)

障害者さんの就労訓練履歴 & 就労履歴





**就労定着支援担当者と企業担当者のコ
ミュニケーションツールが必要**



**例：担当障害者さんの
カルテを作ろう！**



カルテにはどんな情報が必要ですか？

例



月度 セルフチェックシート		最終シート捺印日()																														
【氏名】	【部署内容】	【連絡先】																														
【会社】		【処方箋】 扶うつ剤・扶てんかん剤																														
【部署】		安定剤																														
【業務内容】		睡眠薬																														
【入社日】		【雇用時間】																														
【問1と2は右下表に○△×を記入】																																
-問1 薬飲んだ？	<input type="radio"/> 飲んだ	<input type="checkbox"/> △ 薬量は飲んだ	<input type="checkbox"/> × 両方飲み忘れた																													
-問2 ご飯食べた？	<input type="radio"/> 食べた	<input type="checkbox"/> △ まあまあ食べた	<input type="checkbox"/> × 食べれていない																													
【問3～5は右下表L1～L5にプロットして折れ線グラフにする】																																
-問3 昨夜は熟睡できた？	L1 できた	L2 まあできた	L3 あまり眠れなかった	L4 寝た気がしない	L5 寝てない																											
	●●で記載																															
-問4 今朝の疲れ具合は？	L1 全然大丈夫	L2 まあまあ大丈夫	L3 普通	L4 少し疲れている	L5 とても疲れている																											
	○◎で記載																															
-問5 今日の作業は集中できた？	L1 できた	L2 まあまあできた	L3 できなかった	L4 いららした	L5 ねむくなった																											
	▲▲で記載																															
【一か月間の変動】	問1																															
	問2																															
	問3	L5																														
		L4																														
		L3																														
		L2																														
		L1																														
休んだ日は(休)と記載	日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	問4	L5																														
		L4																														
		L3																														
		L2																														
		L1																														
	日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	問5	L5																														
		L4																														
		L3																														
		L2																														
		L1																														
	日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
<特記事項>		記入例：○日に旅行に行った。 ○日に親戚の結婚式に出た。 ○日連絡など																														
一か月を振り返って本人コメント	社内支援者コメント(記入日:)	支援者のコメント(支援日:)	上司コメント(記入日:)	上司印																												
					支援者サイン																											
					社内支援																											
					本人																											



精神障害者の特徴と対応のまとめです

①健常者が発病したケースが多く、能力が高く。プライドも高い。

- ・真面目であることを評価してあげる。
感謝しほめる → ゆっくりとプライドの回復をめざす。

②治療中であるということを認識する。

- ・「症状が安定し、就労が可能である」と主治医が判断した(寛解状態)人を雇用する。
- ・投薬状況の把握は必須である。

③心身が疲れやすいので、当初は休息を多く、労働時間を短くする。

- ・一人で静かに休憩できる場所の設置やテレワーク(在宅勤務なども選択肢)
- ・1時間ごとに休憩させることや、フレックスタイム導入も効果がある

④ストレスに弱い(健常者の10倍以上に刺激を受ける)

- ・責任をもたされることや臨機応変な対応など精神的負荷がかかる作業は避ける。
- ・周囲の音が均等に聞こえてしまい、人の話に集中できない → 別室で1:1で話す。
- ・不用意な一言にこだわってしまい、会社に来れなくなることがある。
→ 本人が気にする言葉「NGword」を把握し、使わない。
- ・仕事の指示は1作業に1指図 タイムスケジュールを渡すこともある
⇒ 1つの作業完了毎に報告を受け、その作業が終わったことを本人と上司が共有⇒安心



セルフチェック&セルフケアトレーニングの重要性

実は、自分の状態は、自分が一番良くわかるはず！？でも、気づかないのが現実。

そこで、簡単なセルフチェックで、自分の状態を毎日チェックし、記録しよう。

変化をグラフにすれば、自分も周りも、心身の変化に気づくことができます。(可視化)

そして、周期的な異常も予測して対応することができるようになります。

セルフケアトレーニングは、自分が自分の状態を客観的に見ることで、日常的に病識を持ち、自分を自分で安定化させるトレーニングです。



セルフチェック & セルフケアトレーニング

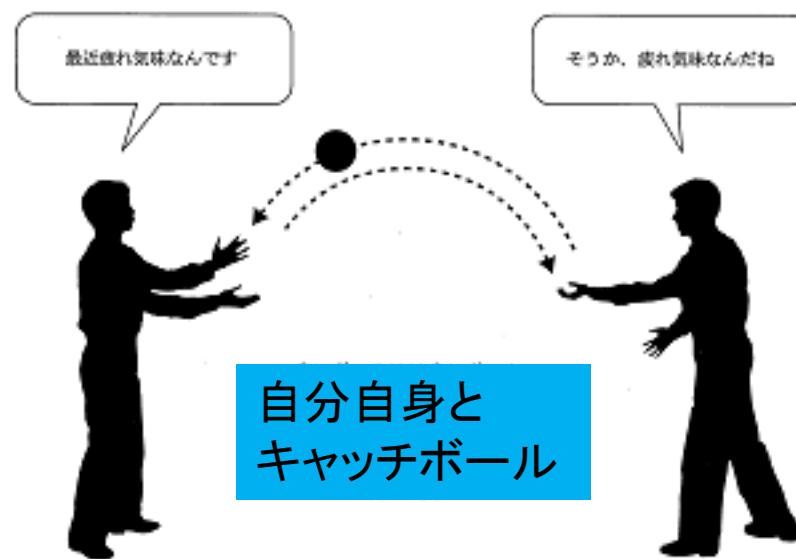
【セルフチェック】

毎日、出勤前と退社前に
右表を使った自問自答する
時間を作り日誌に記入

【セルフケア】

- ・各1点以下に調整
- ・3点～4点が5日続いたら
キーパーソンに相談

質問	0点	1点	2点	3点	4点
①薬は	飲んだ	(昼忘れ)	(朝忘れ)	夜忘れ	終日忘れ
②睡眠は	よく眠れた	まあまあ眠れた	あまり眠れない	寝た気がしない	寝てない
③食事は	食べた	あまり食べられない	昼食無	朝食無	1日無し
④今の疲れは	全然大丈夫	まあまあ大丈夫	普通	少し疲れている	かなり疲れている



スタッフチェック & スタッフケア (コミュニケーションツールとしてのストローク&ペーシング)



【スタッフチェック】

毎日、退社前に作業日誌
をチェックする時間を作る

【スタッフケア】

・総合点が10点を超えない
ようにストローク^{※1}や
ペーシング^{※2}を行う。

※1ストローク: お互いの存在を認め合う声かけや会話
※2ペーシング: 相手の話にスピードを合わせる会話手法

キャッチボールによるストローク



配 本人

キーパーソンstaff

言語によるペーシング

本人 キーパーソンstaff



同じ言葉を繰り返す
相づち (なるほど・うんうん)
接続詞 (それで・もう少し聞かせて)
AND (BUTではなく)

非言語によるペーシング

本人 キーパーソンstaff



声のトーン
顔の表情
姿勢・視線



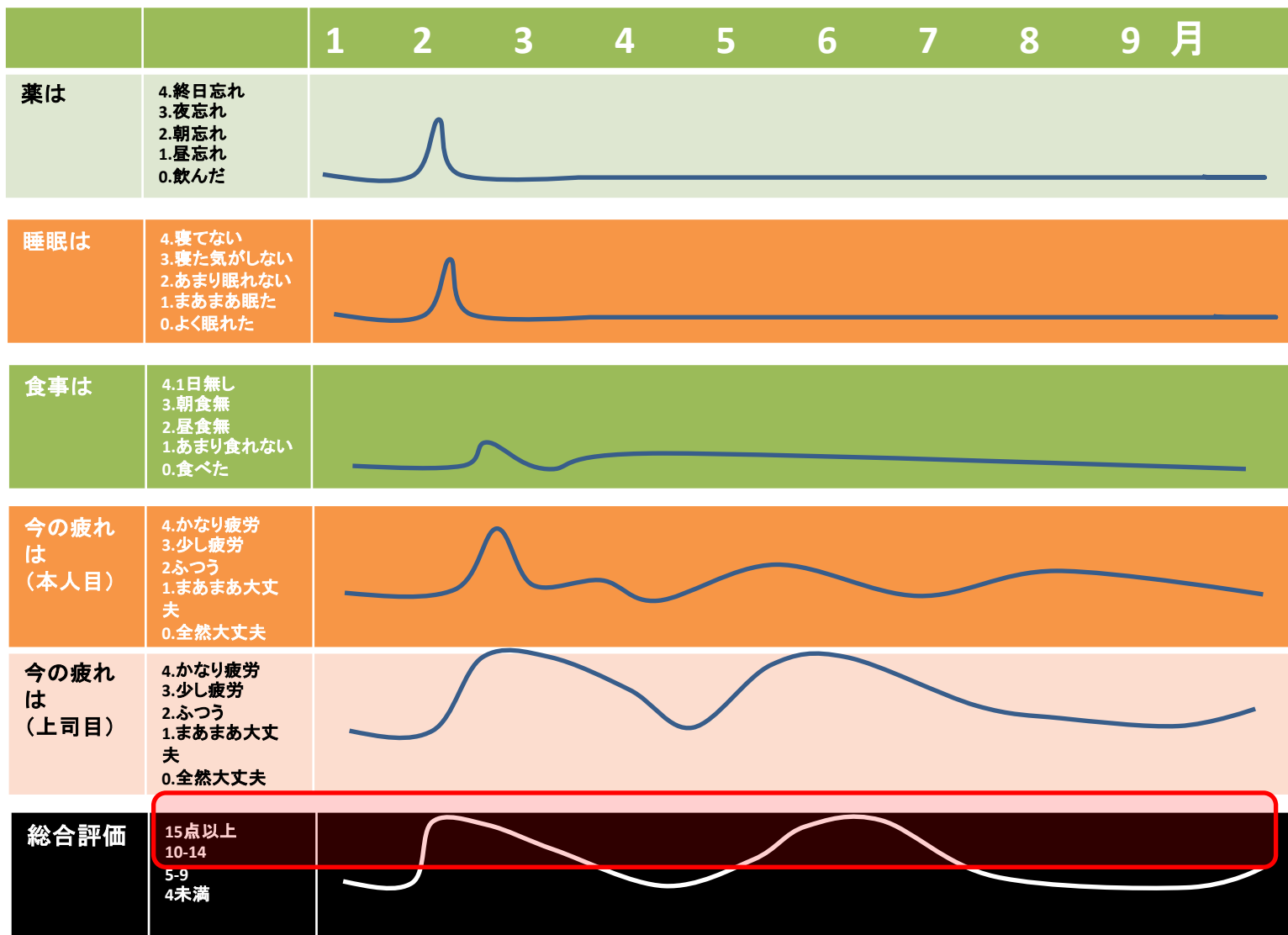
状態把握：毎日の心の可視化(本人と管理者の認識共有)

セルフチェック

質問	0点	1点	2点	3点	4点
①薬は	飲んだ	(昼忘れ)	(朝忘れ)	夜忘れ	終日忘れ
②睡眠は	よく眠れた	まあまあ眠れた	あまり眠れない	寝た気がしない	寝てない
③食事は	食べた	あまり食べられない	昼食無	朝食無	1日無し
④今の疲れは	全然大丈夫	まあまあ大丈夫	普通	少し疲れている	かなり疲れている
⑤上司から見た疲れ具合	全然大丈夫	まあまあ大丈夫	普通	少し疲れている	かなり疲れている
⑥その他特記事項	仕事のトラブル・遊び・旅行・デート・家族や友人の冠婚葬祭など				
総合点					
(休職状況)	有給	通院		病欠	長期休み
	Bゾーン 安定		Yゾーン やや不安定		Rゾーン 危険

スタッフチェック

連続した心の波の可視化



配



Rゾーン: 確実に業務内容や休暇等、医師やカウンセラーと相談した対応が必要



ソーシャルケア(会社組織内でのケア)



セルフケアデータ管理
(担当しているスタッフ
にも配慮しましょう)



雇用している障害者さん や
担当居ているスタッフに対し、
メンタルヘルスケア & 診療支援



合理的配慮



軽作業への一時配置転換



就労時間変更 ⇒就労規則変更
フレックスタイム導入

可視化した心の波に対応する3段階ケア (統合失調症の事例)



症 状		selfcare	staffcare	socialcare
<ul style="list-style-type: none"> ・かなり疲れている ・夜眠れない ・食事ができない ・外出ができない ・ぐるぐる思考 ・簡単な判断ができない ・自分の存在否定 ・幻聴・幻覚 	Red ゾーン	<ul style="list-style-type: none"> ・投薬の家族管理 ・まず睡眠 一日中寝ていてもよいので、ひきこもる 	<ul style="list-style-type: none"> ・産業医への連絡 ・1カ月程度の 休職の可能性準備 ・通院間隔の短縮 ・支援者への連絡 ・家族との連絡相談 ・本人と定期的に会話 	<ul style="list-style-type: none"> ・精神科医の指示 ・訪問看護利用 ・支援者と会社と 家族の連携
<ul style="list-style-type: none"> ・少し疲れている ・寝た気がしない ・寝ても眠気がある ・多くの事が不安 ・やる気が弱い ・億劫感が出る 	Yellow ゾーン	<ul style="list-style-type: none"> ・投薬の自己管理 ・自発的な有給取得 ・休日等の刺激を減らす。気分転換は休息にならない。人と話すことも減らし、回復を待つ。 ・睡眠確保 熟眠感が無くても横になって休む 	<ul style="list-style-type: none"> ・勤務内容の軽減 ・勤務時間の短縮 ・フレックスタイムの適用 ・有給休暇取得打診 ・支援者とコミュニケーション 	<ul style="list-style-type: none"> ・支援者がコミュニケーション
<ul style="list-style-type: none"> ・適度な疲労感 ・夜よく眠れる ・集中力がある ・人と目を合わせられる ・自己開示ができる ・否定されても平気 	Blue ゾーン	<ul style="list-style-type: none"> ・投薬の自己管理 ・寝る前のスマホ TVを控える ・休日はなるべく休む ・生活リズムを守る 	<ul style="list-style-type: none"> ・1~2時間に10分程度の 休息时间確保 ・静寂な休息場所確保 ・通院・服薬の確認 ・NGwordの発言注意 	<ul style="list-style-type: none"> ・定期的な通院診断



障害者雇用チェックリスト（定着）

	社内の対応	社外の対応
雇う側	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> 勤務時間は適正か<input type="checkbox"/> 休憩時間・場所は適正か<input type="checkbox"/> セルフケアデータベース作成 グラフ化<input type="checkbox"/> 入社時教育(安全衛生＋社内ルール等)<input type="checkbox"/> 個人作業ファイル(セルフケア付き)作成<input type="checkbox"/> 日常セルフケアチェックとデータ入力<input type="checkbox"/> 定期面談(本人)スタッフケア<input type="checkbox"/> 定期面談(同僚)スタッフケア<input type="checkbox"/> 障害適正に応じた日常の配慮や言葉がけができている<input type="checkbox"/> トラブルの予兆を察知し、対応できている	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> 支援機関との連携<input type="checkbox"/> 家族との連絡<input type="checkbox"/> 産業医との連絡<input type="checkbox"/> 主治医との連絡
	本人	家族
働く人	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> 入社時教育<input type="checkbox"/> セルフケア教育<input type="checkbox"/> セルフケア開始<input type="checkbox"/> 定期面談	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> 生活の見守り (睡眠・食事・投薬)<input type="checkbox"/> 必要時に会社と連絡・連携



休職となった社員への対応・役割分担例

who	what	how	when
本人	・休養(過ごし方) ・治療 ・連絡 ・手続き	・医師の指示に従う(日々の記録を取る) ・服薬 (外出や面会は少なくする) ・通院 ・人事(カウンセラー)に電話 ⇒ 必要書類を郵送	・毎日 ・毎日 ・所定日 ・月1回(毎月〇日)
	・連絡(状況把握)	・本人と電話にて体調や状況の進捗状況をヒヤリング	・週1回(毎週〇曜日)
	・労務関係手続	・給与や社会保障の書面表示(人事)	・毎月(月末)
	・主治医との連絡	・書面手続き(人事)	・随時
	・産業医の定期診断	・産業医との面談予約	・適時
会社 (担当者)	・休職中のケア	・援助してくれる家族や同僚との情報交換	・随時
	・職場復帰の医療診断判定	・主治医や産業医との連絡 ⇒ 社内調整	
	・復職判断 ・復帰支援計画の作成	・主治医と産業医の判断を得て、本人の意見を加え、社内で合意(通勤手段・当面の勤務時間と業務内容⇒最終復職目標確認)	・医師の診断を受けて
	・復職後の本人のフォロー	・復職後の体調や状況の聞き取りやセルフケアー日誌等の作成	・毎日
	・復職後の上司・同僚へのフォロー	・復職後の現場の状況や同僚の意見を聞き状況把握	・適時
家族 (支援者)	・本人へのサポート	・日常生活の援助(食事・睡眠時間や睡眠境の確保) 助言や叱咤はしない。	・毎日
	・治療のサポート	・服薬管理や通院の確認・付添い	・毎日(通院は所定日)
	・会社との連絡	・緊急時対応や本人が会社と連絡が取れないときの代理	

日清紡ホールディングス(株) 藤枝出張所の精神障害者雇用の様子

(H30年度 障害者雇用優良事業所県知事褒賞)

1

2

3

「準備」から「就労可能な障害者の採用」と「定着」(実績5年)

<参考：日清紡藤枝出張所の例>

社員・パート・派遣社員の約50名 (男性は7名のみの女性職場)

- ・身体障害の方 1名 (女性)
- ・知的障害の方 1名 (女性)
- ・精神障害の方 5名 (女性2 男性3)

合計7名

職場例：イチゴ栽培 365日毎日2万粒のイチゴを出荷



作業例 多種多様な栽培業務



安全小集団活動・レクリエーションにも参加



いつもの作業の写真から、
危ない作業を見つける
KYTトレーニングも全員参加
(写真ぼかしてます)

ボーリング大会も参加
(写真ぼかしてます)



職場にいる地域作業や施設外就労の障害者さん





シンプルな心の可視化 セルフケア日誌 例1

管理班 作業日報			
年	月	日	曜日
【定期作業】			
■担当エリア掃除:毎週最終日(全員)		実施確認	<input type="checkbox"/>
■除湿機フィルター掃除:1回/2ヵ月 (2月、4月、6月、8月、10月、12月)		実施確認	<input type="checkbox"/>
【日常作業】			
■クリーンスーツ洗濯		実施確認	<input type="checkbox"/>
■箱作成		実施確認	<input type="checkbox"/>
■いちごハイキ		実施確認	<input type="checkbox"/>
■その他の作業		実施確認	<input type="checkbox"/>

管理班 安全遵守事項

- ① 栽培室入室前に、炭酸ガス濃度を必ず確認する事！
- ② 養液調整時は、保護具（手袋・マスク・保護面）を着用する事！
- ④ 薬品容器の蓋は必ず閉める事！
- ⑤ 異常時は必ず上司へ報告する事！
※自分で処理しない！

【セルフ케어】			
① お薬は、	服用した	忘れた(朝、昼、夜、寝る前)	
② 睡眠は、	よく寝れた	あまり寝れなかった	寝ていない
③ 食事は、	しっかり食べれた	あまり食べれなかった	食べていない(朝、昼、夜)
④ 今の疲れは、			
1:全然大丈夫 2:まあ大丈夫 3:普通 4:少し疲れてる 5:かなり疲れてる			
⑤ 連絡事項(なんでも)			

＋上司の見た疲労状況（1～5段階）



シンプルな心の可視化 セルフケア日誌 例2

管理班 作業日報

年	月	日	曜日				
【養液管理担当部屋】							
■	号室	(E C 設定値 :)	全量交換	半量交換	■	号室	(E C 設定値 :) 全量交換 半量交換
■	号室	(E C 設定値 :)	全量交換	半量交換	■	号室	(E C 設定値 :) 全量交換 半量交換
【定期作業】							
■	ポータブル電気伝導率・pH計一斉測定: 毎月1回(全員)			実施確認	□		
■	ポータブル電気伝導率・pH計校正: 毎週月曜日(全員)			実施確認	□		
■	担当エリア掃除: 毎週最終日(全員)			実施確認	□		
【確認項目】 ※毎日担当部屋を全室確認する事!							
号室				号室			
項目		確認		項目		確認	
調整後のpH・EC数値は管理値範囲内か?				調整後のpH・EC数値は管理値範囲内か?			
循環ポンプは運転しているか?(自動 or 手動)				循環ポンプは運転しているか?(自動 or 手動)			
各棚の給水は出ているか?				各棚の給水は出ているか?			
水補給ダイヤルは0になっているか?				水補給ダイヤルは0になっているか?			
排水・給水バルブは正しく開閉しているか?				排水・給水バルブは正しく開閉しているか?			
号室				号室			
項目		確認		項目		確認	
調整後のpH・EC数値は管理値範囲内か?				調整後のpH・EC数値は管理値範囲内か?			
循環ポンプは運転しているか?(自動 or 手動)				循環ポンプは運転しているか?(自動 or 手動)			
各棚の給水は出ているか?				各棚の給水は出ているか?			
水補給ダイヤルは0になっているか?				水補給ダイヤルは0になっているか?			
排水・給水バルブは正しく開閉しているか?				排水・給水バルブは正しく開閉しているか?			

管理班 安全遵守事項

- ① 栽培室入室前に、炭酸ガス濃度を必ず確認する事!
- ② 養液調整時は、保護具(手袋・マスク・保護面)を着用する事!
- ④ 薬品容器の蓋は必ず閉める事!
- ⑤ 異常時は必ず上司へ報告する事!
※自分で処理しない!

【セルフケア】

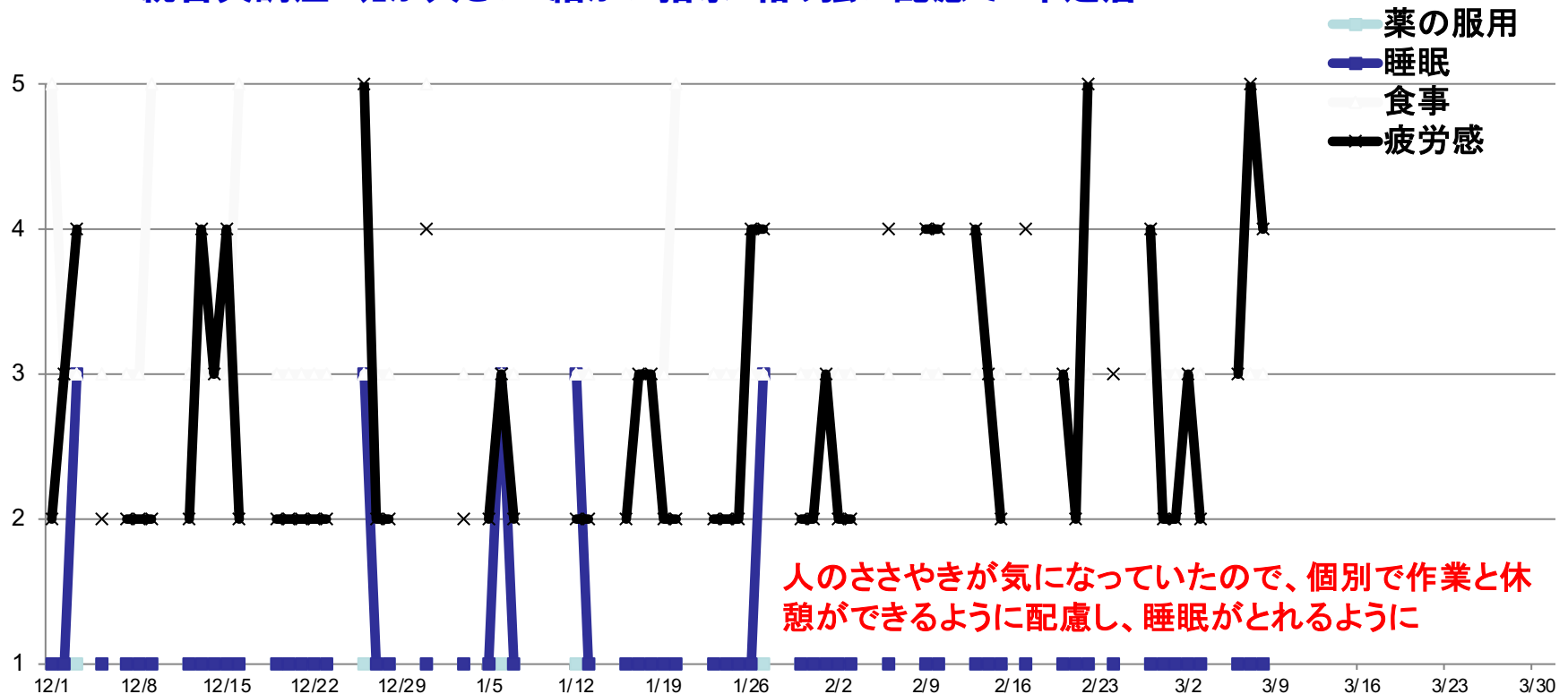
- | | |
|---------------------------------|--|
| ①お薬は、服用した 忘れた(朝、昼、夜、寝る前) | ④今の疲れは、 |
| ②睡眠は、よく寝れた あまり寝れなかった 寝ていない | 1: 全然大丈夫 2: まあ大丈夫 3: 普通 4: 少し疲れてる 5: かなり疲れてる |
| ③食事は、しっかり食べれた あまり食べれなかった 食べていない | ⑤連絡事項(なんでも) |
| (朝、昼、夜) | |

+上司の見た疲労状況 (1~5段階)



【参考資料】精神障害者の方たちの就労と定着作業 (可視化した心の変動を見て予測する例1)

Hさん 統合失調症:斑が大きい・細かい指示・粘り強い配慮で4年定着

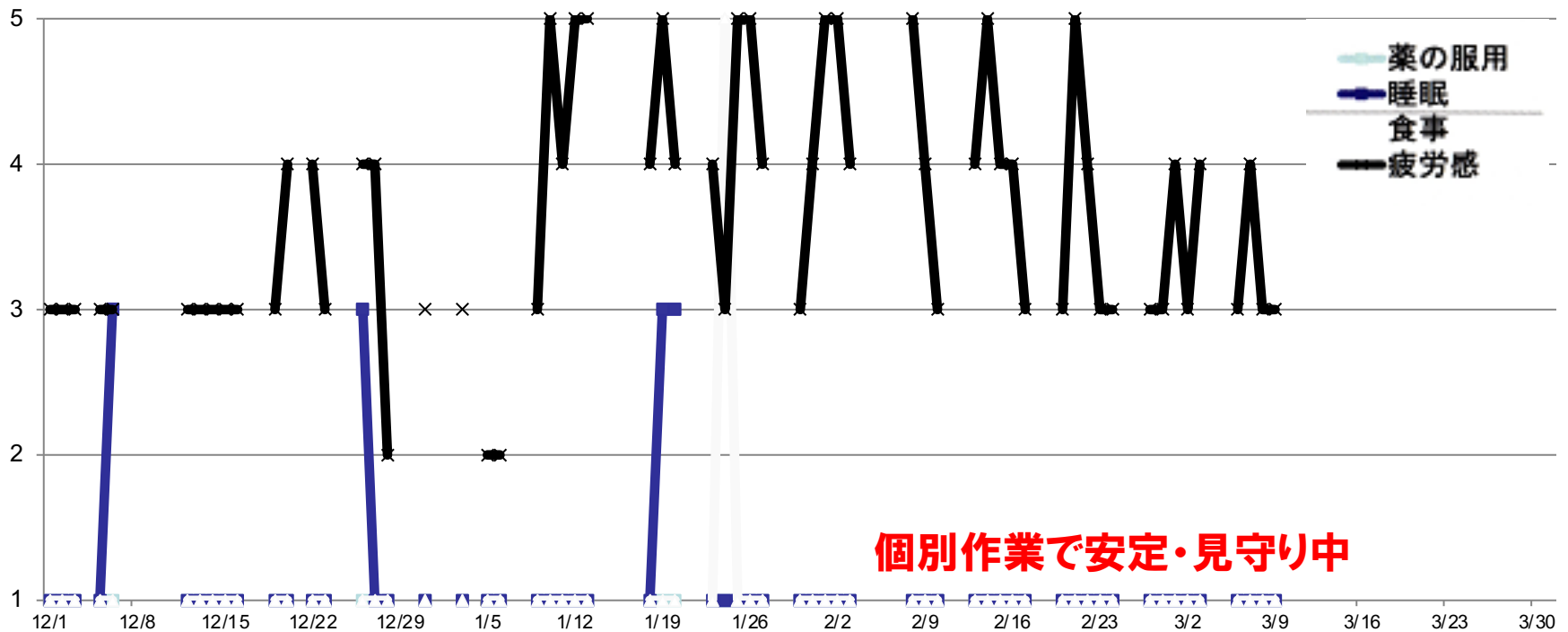




【参考資料】精神障害者の方たちの就労と定着作業 (可視化した心の変動を見て予測する例2)

Sさん

発達障害:疲労感が高いが薬の服用無。手帳取得・年金で所得が安定

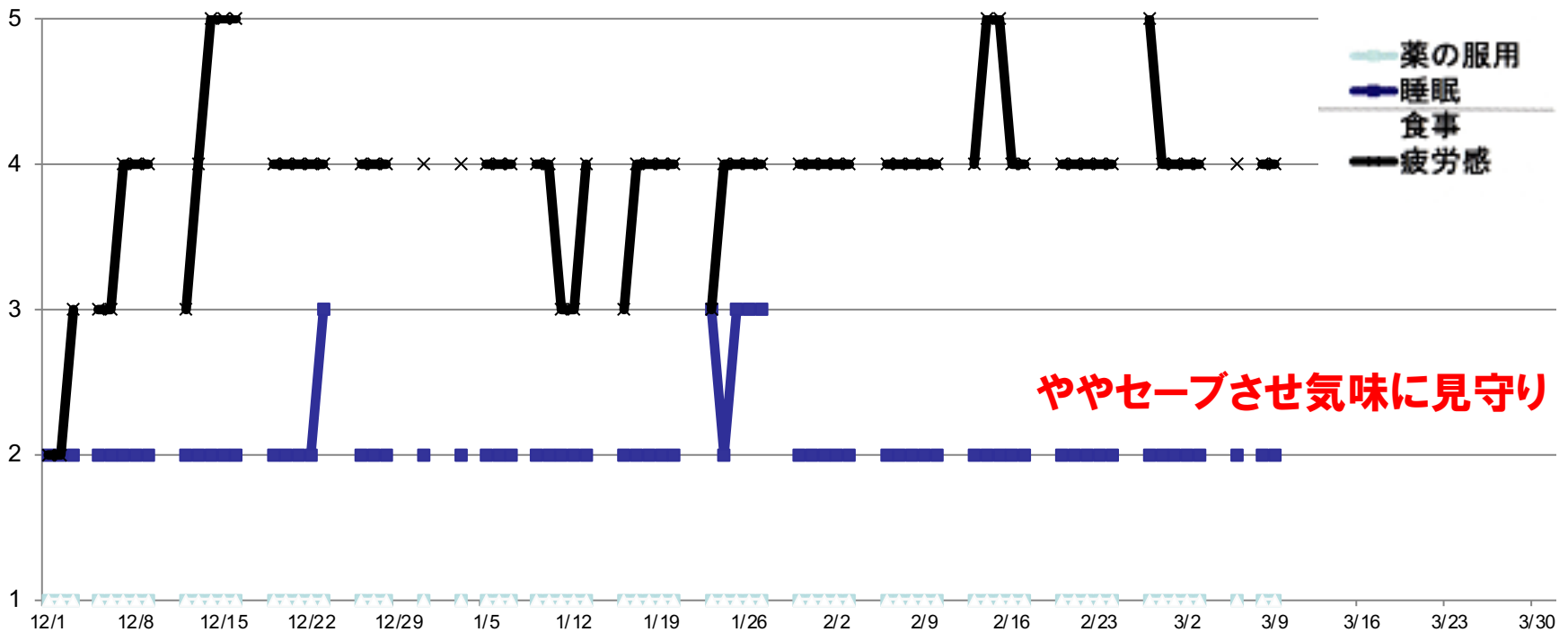




【参考資料】精神障害者の方たちの就労と定着作業 (可視化した心の変動を見て予測する例3)

OYZさん

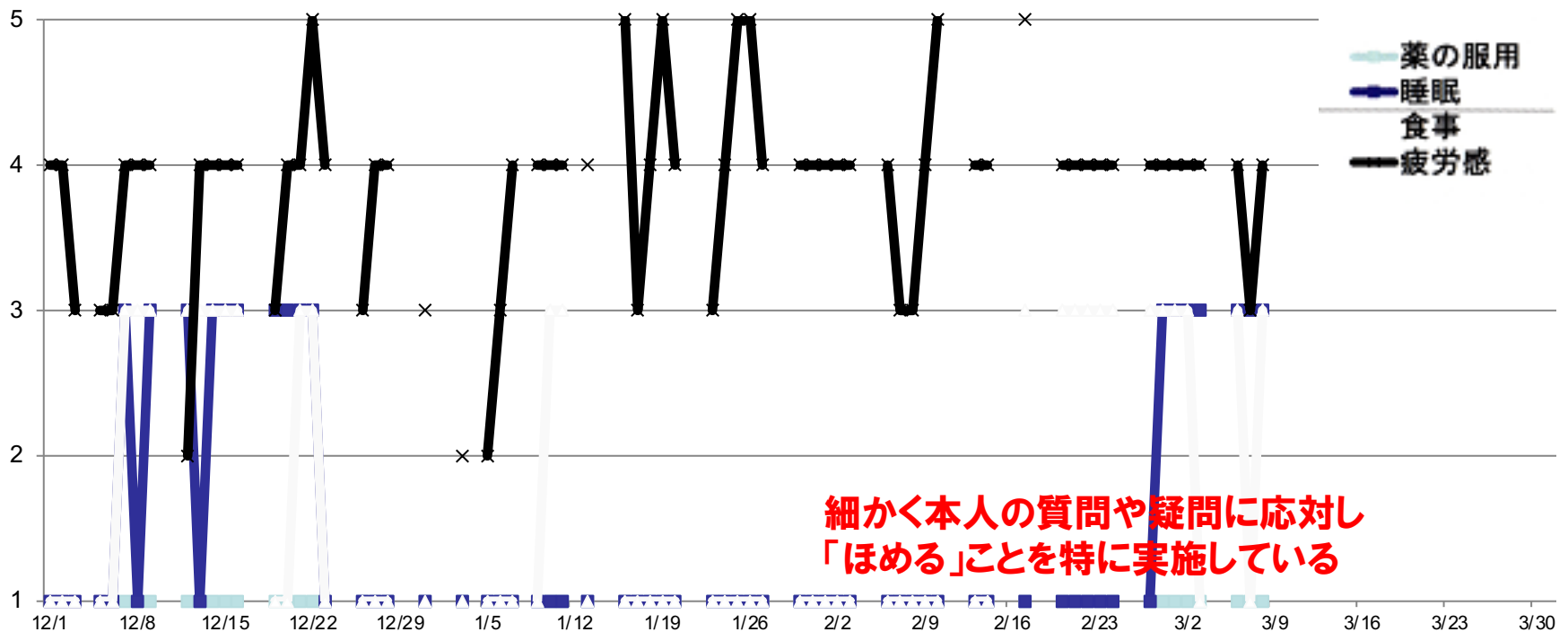
双極性障害: 現在安定に見えるが、ややハイでもある。リーダー的



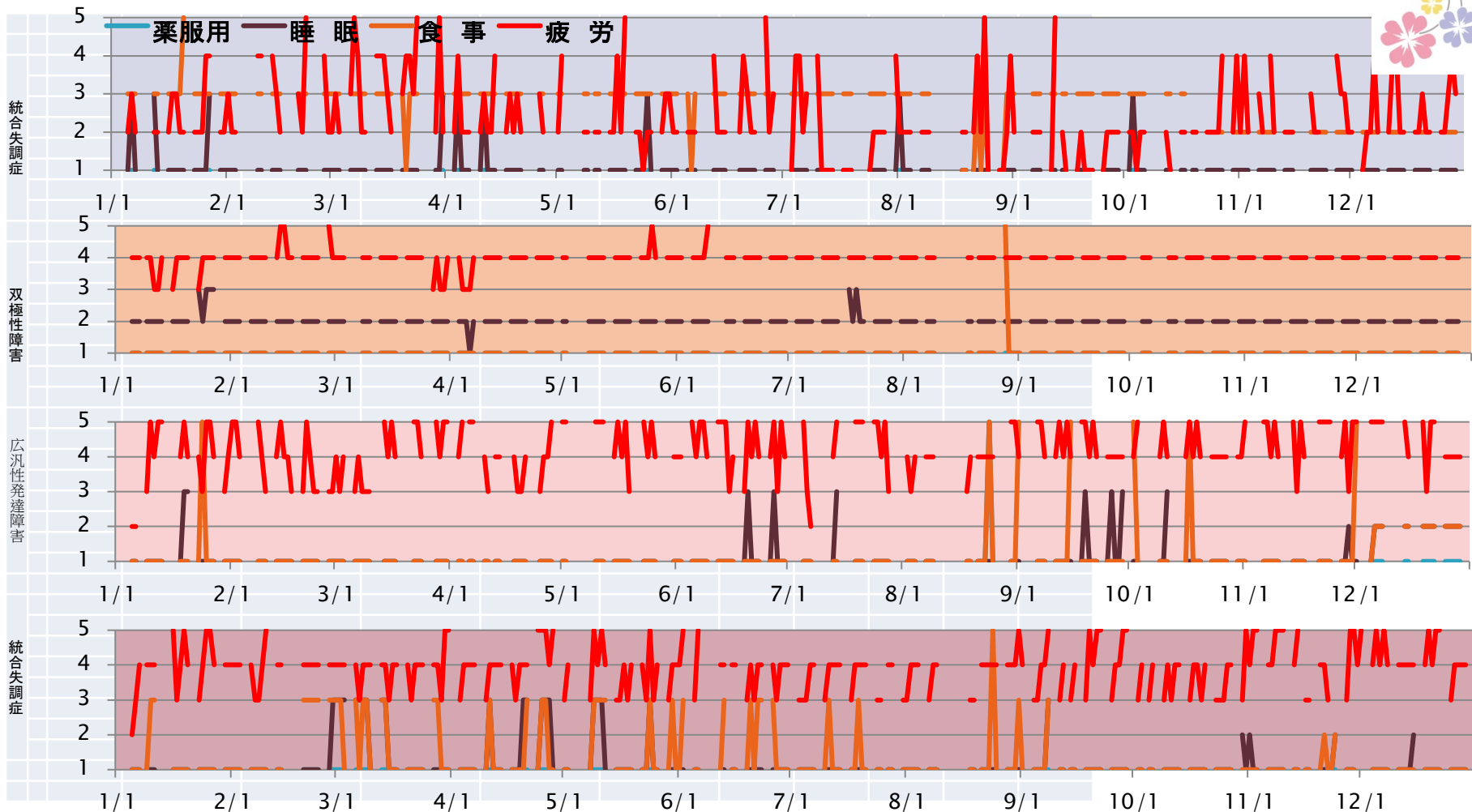


【参考資料】精神障害者の方たちの就労定着作業 (可視化した心の変動を見て予測する例4)

〇さん 統合失調症＋発達障害 緊張しやすく、人のささやきにも敏感



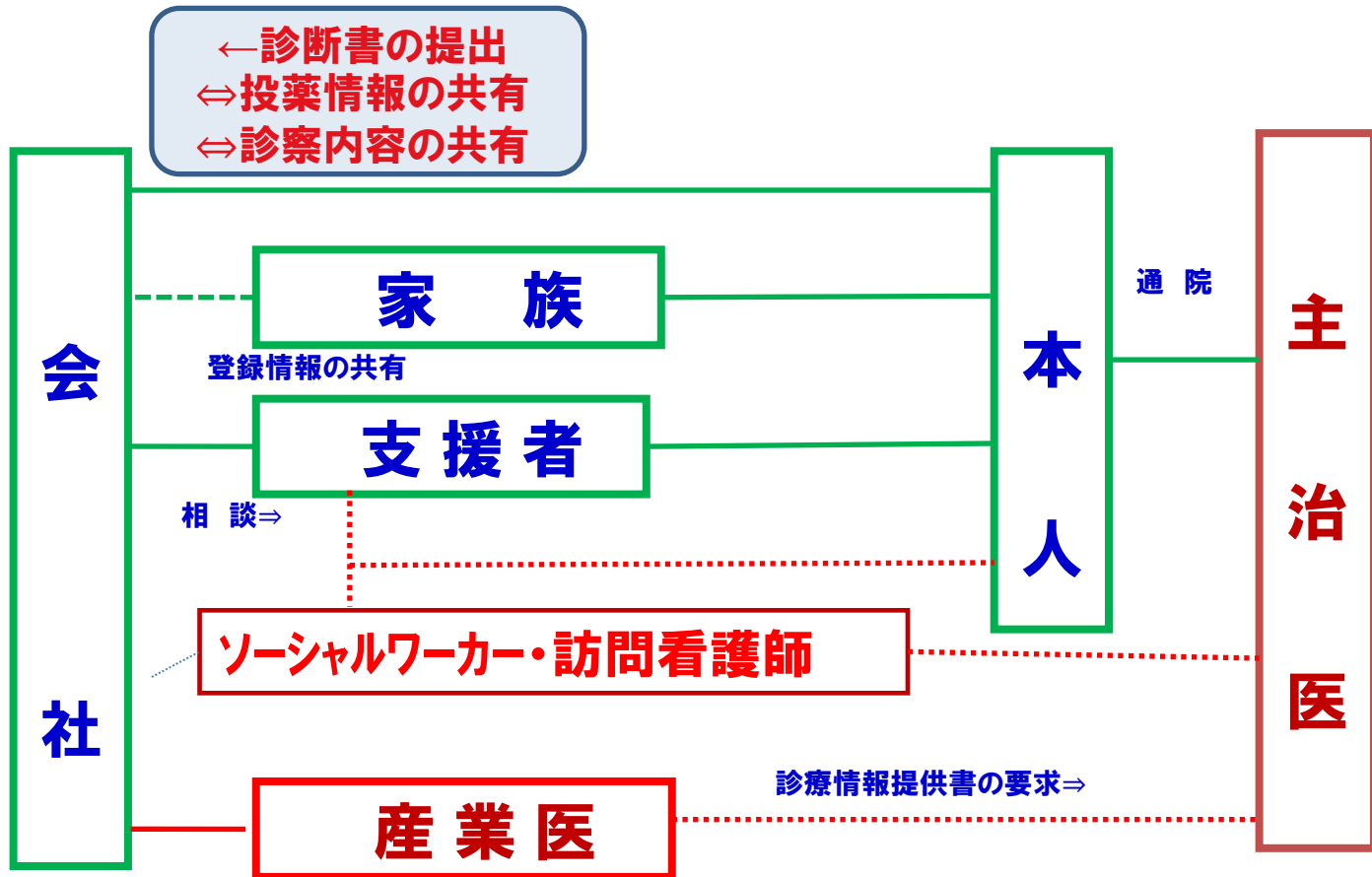
【可視化した心の変動周期】



点数	1	2	3	4	5
薬服用	した				忘れた
睡眠	良く寝れた	寝れた	普通	あまり	寝ていない
食事	しっかり食べた	食べた	普通	あまり	食べていない
疲労	大丈夫	まあ大丈夫	普通	少し疲れて	いるかなり疲れている



精神障害者の主治医との連携

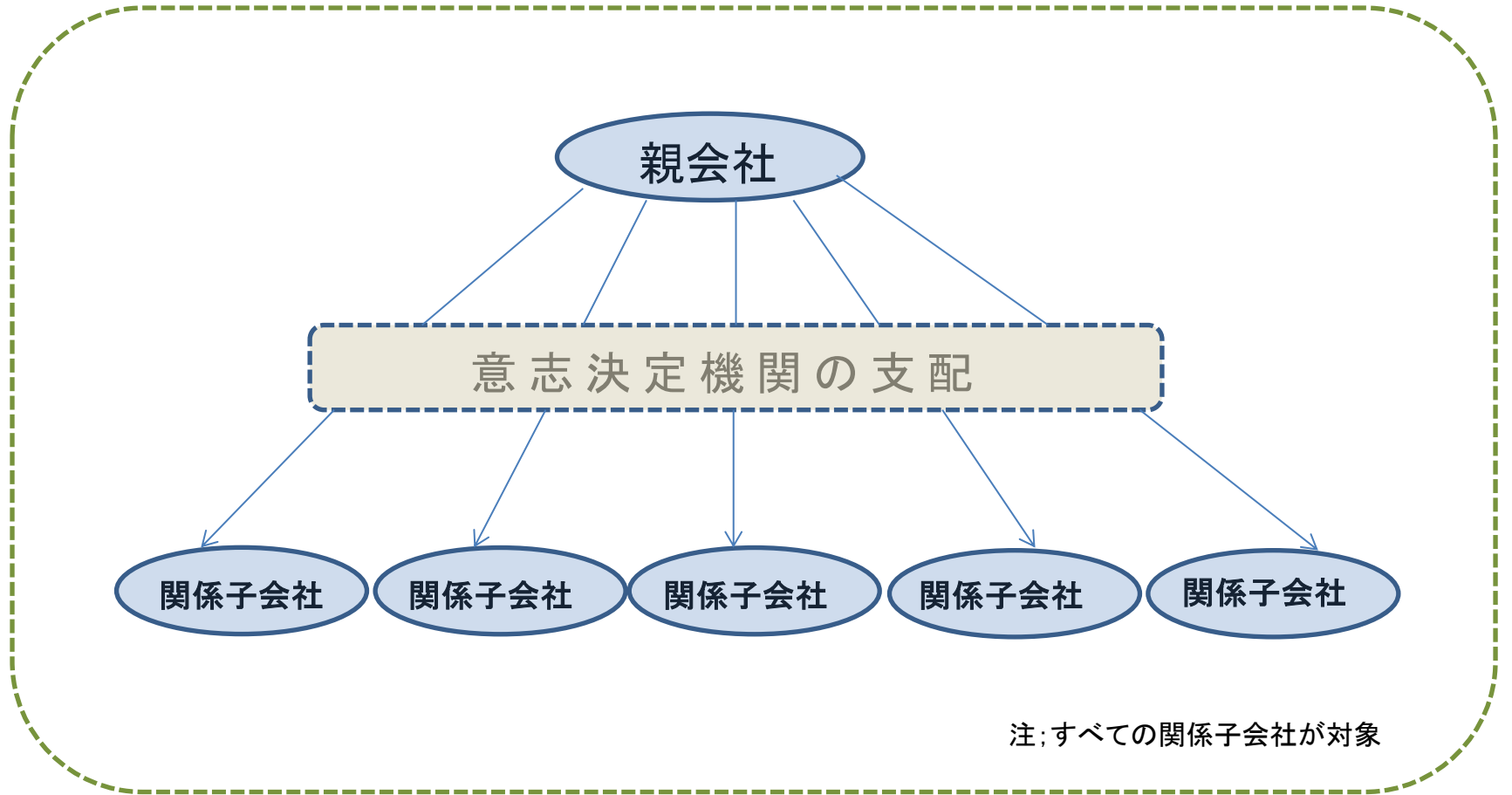




特例子会社以外の集団雇用事例



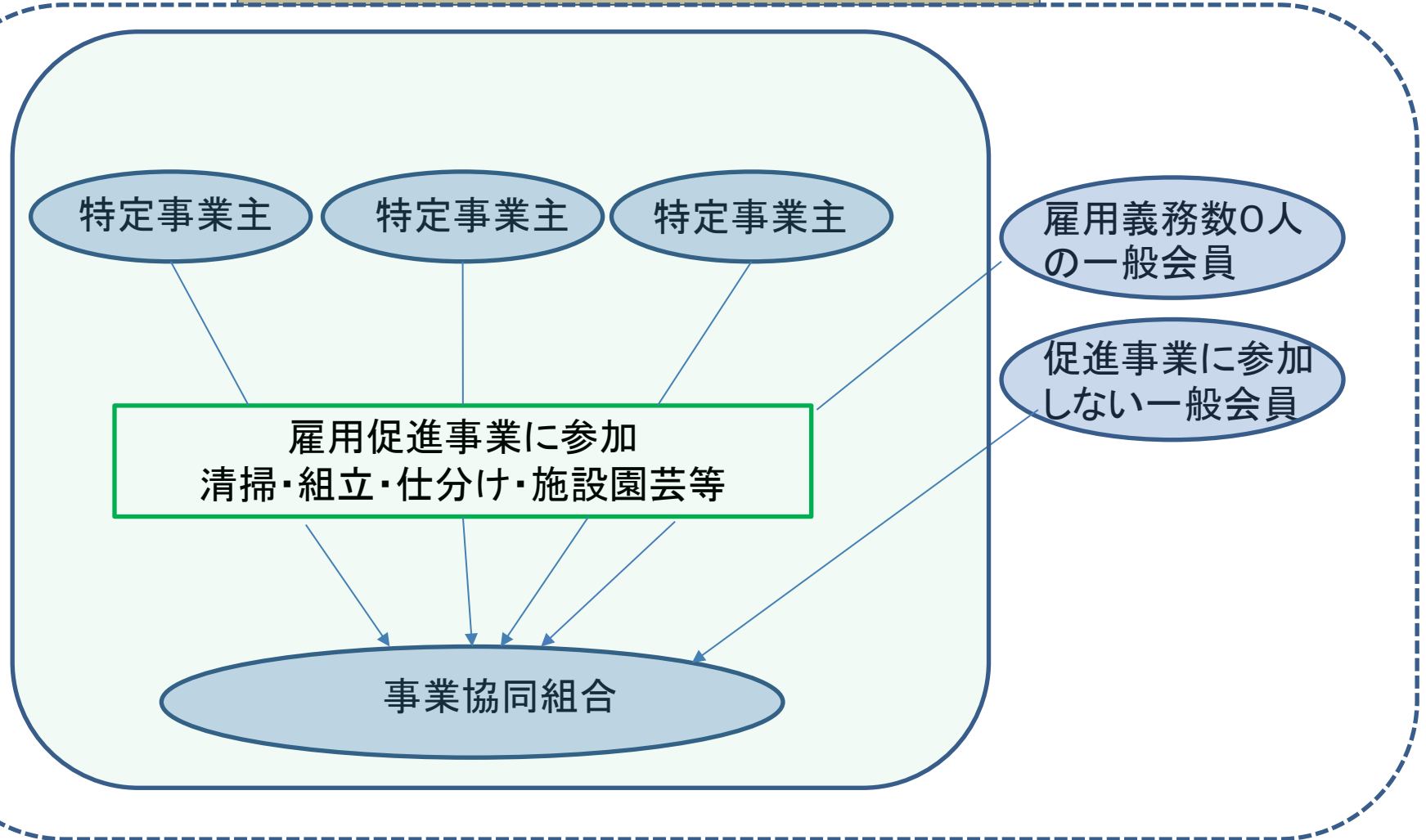
企業グループ算定特例





事業協同組合等算定特例

組合員として協同組合等の共同事業に参加





担当者の自己診断

あなたの心は疲れていませんか？

心の可視化例(疲労蓄積度自己診断チェックリスト)



1. 最近一か月の自覚症状 合計 _____ 点

厚生労働省資料

	該当する□にレ点を入れ、()内の数字を合計してください		
1. イライラする	<input type="checkbox"/> ほとんどない(0)	<input type="checkbox"/> 時々ある (1)	<input type="checkbox"/> よくある (3)
2. 不安だ	<input type="checkbox"/> ほとんどない(0)	<input type="checkbox"/> 時々ある (1)	<input type="checkbox"/> よくある (3)
3. 落ち着かない	<input type="checkbox"/> ほとんどない(0)	<input type="checkbox"/> 時々ある (1)	<input type="checkbox"/> よくある (3)
4. ゆうつだ	<input type="checkbox"/> ほとんどない(0)	<input type="checkbox"/> 時々ある (1)	<input type="checkbox"/> よくある (3)
5. よく眠れない(熟眠感がない)	<input type="checkbox"/> ほとんどない(0)	<input type="checkbox"/> 時々ある (1)	<input type="checkbox"/> よくある (3)
6. 体の調子が悪い	<input type="checkbox"/> ほとんどない(0)	<input type="checkbox"/> 時々ある (1)	<input type="checkbox"/> よくある (3)
7. 物事に集中できない	<input type="checkbox"/> ほとんどない(0)	<input type="checkbox"/> 時々ある (1)	<input type="checkbox"/> よくある (3)
8. する事に間違いが多い	<input type="checkbox"/> ほとんどない(0)	<input type="checkbox"/> 時々ある (1)	<input type="checkbox"/> よくある (3)
9. 工作中、強い眠気に襲われる	<input type="checkbox"/> ほとんどない(0)	<input type="checkbox"/> 時々ある (1)	<input type="checkbox"/> よくある (3)
10. やる気がない	<input type="checkbox"/> ほとんどない(0)	<input type="checkbox"/> 時々ある (1)	<input type="checkbox"/> よくある (3)
11. へとへとだ(通勤後を除く)	<input type="checkbox"/> ほとんどない(0)	<input type="checkbox"/> 時々ある (1)	<input type="checkbox"/> よくある (3)
12. 朝、起きた時に、ぐったりした疲れを感じる	<input type="checkbox"/> ほとんどない(0)	<input type="checkbox"/> 時々ある (1)	<input type="checkbox"/> よくある (3)
13. 以前と比べて疲れやすい	<input type="checkbox"/> ほとんどない(0)	<input type="checkbox"/> 時々ある (1)	<input type="checkbox"/> よくある (3)

心の可視化例(疲労蓄積度自己診断チェックリスト)



1. 最近一か月の勤務の状況 合計 _____ 点

厚生労働省資料

	該当する□にレ点を入れ、()内の数字を合計してください		
1. 一か月の時間外労働	<input type="checkbox"/> 無いまたは適当(0)	<input type="checkbox"/> 多い (1)	<input type="checkbox"/> 非常に多い(3)
2. 不規則な勤務(予定の変更・突然の仕事)	<input type="checkbox"/> 少ない (0)	<input type="checkbox"/> 多い (1)	—
3. 出張に伴う負担(頻度・拘束時間・時差)	<input type="checkbox"/> 無い又は小さい(0)	<input type="checkbox"/> 大きい (1)	—
4. 深夜勤務に伴う負担	<input type="checkbox"/> 無い又は小さい(0)	<input type="checkbox"/> 大きい (1)	<input type="checkbox"/> 非常に多い(3)
5. 休息・仮眠に伴う施設	<input type="checkbox"/> 適切である (0)	<input type="checkbox"/> 不適切 (1)	—
6. 仕事についての精神的負担	<input type="checkbox"/> 小さい (0)	<input type="checkbox"/> 大きい (1)	<input type="checkbox"/> 非常に多い(3)
7. 仕事についての身体的負担	<input type="checkbox"/> 小さい (0)	<input type="checkbox"/> 大きい (1)	<input type="checkbox"/> 非常に多い(3)

【自覚症状の評価】 ① 0～4点 ② 5～10点 ③ 11～20点 ④ 21点以上

【勤務状況の評価】 A 0点 B 1～2点 C 3～5点 D 6点以上

心の可視化例(疲労蓄積度自己診断チェックリスト)



3. 総合判定

厚生労働省資料

		勤務の状況			
		A	B	C	D
自覚 症状	①	0	0	2	4
	②	0	1	3	5
	③	0	2	4	6
	④	1	3	5	7

あなたの仕事による負担度の点数 _____ 点

	点数	仕事による負担度
判 定	0~1	低いと考えられる
	2~3	やや高いと考えられる
	4~5	高いと考えられる
	6~7	非常に高いと考えられる



心の可視化例(周囲から見た疲労蓄積度チェックリスト)

1. 最近一か月の疲労・ストレス症状 合計 点

厚生労働省資料

1. イライラしているようだ	<input type="checkbox"/> ほとんどない(0)	<input type="checkbox"/> 時々ある (1)	<input type="checkbox"/> よくある (3)
2. 不安そうだ	<input type="checkbox"/> ほとんどない(0)	<input type="checkbox"/> 時々ある (1)	<input type="checkbox"/> よくある (3)
3. 落ち着かないようだ	<input type="checkbox"/> ほとんどない(0)	<input type="checkbox"/> 時々ある (1)	<input type="checkbox"/> よくある (3)
4. ゆうつそうだ	<input type="checkbox"/> ほとんどない(0)	<input type="checkbox"/> 時々ある (1)	<input type="checkbox"/> よくある (3)
5. よく眠れてないみたいだ(熟眠感がない)	<input type="checkbox"/> ほとんどない(0)	<input type="checkbox"/> 時々ある (1)	<input type="checkbox"/> よくある (3)
6. 体の調子が悪そうだ	<input type="checkbox"/> ほとんどない(0)	<input type="checkbox"/> 時々ある (1)	<input type="checkbox"/> よくある (3)
7. 物事に集中できないようだ	<input type="checkbox"/> ほとんどない(0)	<input type="checkbox"/> 時々ある (1)	<input type="checkbox"/> よくある (3)
8. する事に間違いが多い	<input type="checkbox"/> ほとんどない(0)	<input type="checkbox"/> 時々ある (1)	<input type="checkbox"/> よくある (3)
9. 工作中、強い眠気に襲われるようだ	<input type="checkbox"/> ほとんどない(0)	<input type="checkbox"/> 時々ある (1)	<input type="checkbox"/> よくある (3)
10. やる気が出ないようだ	<input type="checkbox"/> ほとんどない(0)	<input type="checkbox"/> 時々ある (1)	<input type="checkbox"/> よくある (3)
11. へとへとのようだ(通勤後を除く)	<input type="checkbox"/> ほとんどない(0)	<input type="checkbox"/> 時々ある (1)	<input type="checkbox"/> よくある (3)
12. 朝、起きた時、疲れが残っているようだ	<input type="checkbox"/> ほとんどない(0)	<input type="checkbox"/> 時々ある (1)	<input type="checkbox"/> よくある (3)
13. 以前と比べて疲れやすいようだ	<input type="checkbox"/> ほとんどない(0)	<input type="checkbox"/> 時々ある (1)	<input type="checkbox"/> よくある (3)



心の可視化(周囲から見た疲労蓄積度チェックリスト)

2. 最近一か月の働き方と休養 レ点を付けた項目の数 _____ 個

厚生労働省資料

- 1. ほとんど毎日午後10時以降に帰宅する
- 2. 休日も仕事に出かけることが多い
- 3. 家に仕事を持ち帰ることが多い
- 4. 宿泊を伴う出張が多い
- 5. 仕事のことで悩んでいるようだ
- 6. 睡眠時間が不足しているように見える
- 7. 寝つきが悪かったり夜中に目が覚めることがあるようだ
- 8. 家でも仕事のことが気にかかって仕方がないようだ
- 9. 家でゆっくりくつろい腕いることはほとんどない



心の可視化例(周囲から見た疲労蓄積度チェックリスト)

3. 総合判定

厚生労働省資料

	「働き方と休養」項目の該当個数		
疲労・ストレス の合計点数		3個未満	3個以上
	10点未満	0	1
	10点以上	1	2

	点数	仕事による負担度
	0	低いと考えられる
判定	1	やや高いと考えられる
	2	高いと考えられる



いつでもご相談ください

MAIL shizuoka316koryukai@outlook.jp
HP <https://shizuoka316koryukai.jimdofree.com/>

ありがとうございました

2018年6月20日

一般社団法人

静岡障害者就労
企業交流会

代表理事 福田 次朗

