

〈精神に障害のある方の気軽な相談場所・交流の場〉



地域生活支援センターあさやけ通信

「風」

社会福祉法人ときわ会 地域生活支援センターあさやけ

〒187-0031 小平市小川東町 4-2-1 小平元気村おがわ東 1 階
TEL(相談用)042-345-1741 (事務用)042-345-2077
FAX 042-345-1734
E-mail kaze1741@asayake.or.jp
ホームページ http://www.asayake.or.jp/center_asayake.html



精神障害の発症 40代がピークに(労災認定による)

精神障害が労災認定されるのは、その発病が仕事による強いストレスによるものと判断できる場合に限り、仕事のストレスが強くても、私生活のストレスや、その人の既往症やアルコール依存などが関係している場合には、発病の原因となるのか医学的に慎重に判断されます。(ここでは詳しく述べませんが・・・)

うつや統合失調症などの精神障害の発症時期は、一般的に青年期が多いと言われています。しかし、2022年版の「過労死等防止対策白書」によると、労災認定数を分析したところ発症時の年齢層のピークが2010-2014年度は30代だったのに対し、2015-2019年度では、40代にシフトしていることがわかりました。つまり、労働環境によって中高年でも精神障害を発症するケースが増えてきている実態が明らかになったということです。

労災支給決定された脳・心疾患については、2012年度以降減少傾向にありました。

これに対し、精神障害については、2012年から2019年までにおいては横ばいでしたが、女性の事案は増加傾向にあり、支給決定の件数の多い業種としては「医療・福祉」「建築業」などの割合が増加傾向でした。

認定要因としては、男性では「仕事内容・仕事量の変化を生じさせる出来事があった」「2週間以上にわたって連続勤務を行った」の割合の増加が多く、女性では「(ひどい)嫌がらせ、いじめ、又は暴行を受けた」「仕事内容・仕事量の変化を生じさせる出来事があった」の割合の増加が大きくなっています。

以下は、就業者へのアンケートによる最近の傾向です。テレワークという勤務形態が、コロナ前と比べて2.3-4.8倍の大きな導入となりました。テレワークの実施頻度が上がると、睡眠時間の長い割合が高くなり、うつ傾向・不安がある者の割合が低くなる傾向がみられました。

職場環境、業種、性差、出来事などによっても異なりますが、仕事がきっかけでの発症はこの中高年世代で多くなる傾向にありました。

働き方の改革も進んでいますが、不調を感じたら早めに受診等につながるような職場環境(声掛けするなど)を整えていくことの必要性を感じました。

なお、労災に関するお問い合わせは、最寄りの労働局または、

労災保険相談ダイヤル 0570-006031 までお問い合わせください。

*一部引用 福祉新聞 22.11/1 発行

*参考資料 令和4年度 過労死等防止対策白書

年末年始のお知らせ

支援センターあさやけは 12月29日(木)~2023年の1月4日(水)までお休みとなります。
交流室を閉所、相談もお休みとさせていただきます。どうぞよろしくお願いたします。

スポーツ 会場:元気村体育館

支援センターのお知らせ



11月29日スポーツプログラムでは実習生さんも加わり、卓球とバドミントンを楽しみました。館内は寒くなってきましたが、無理ない運動で体を動かす機会にはいかがでしょうか。

次回 12月13日(火)です!



音楽の時間 トーンチャイム+ギター

11月15日音楽の時間でトーンチャイムを楽しみました。クリスマスソングも順調! センターにある楽器、アコースティックギターや試しに電子ピアノを弾いてみたいという方もどうぞお越しください。

演奏をせずに聴くだけでもOK。気軽にご参加ください。

次回は1月17日(火)です

支援センターあさやけクリスマス会のお知らせ

12月20日(火) 14:00~16:00

場 所:元気村一階多目的ホール ※会での飲食提供はありません

内 容:余興 楽器演奏 抽選プレゼントなど

定 員:25名 参加費:100円

申 込:12/1(木)~/17(土)の期間で参加予約を受け付けます



交流室の大掃除



12月23日(金)と27日(火)
14:00~15:00

気持ちよく新年を迎えましょう
可能な方はぜひ参加をおねがいいたします!



初詣に行きましょう

新年会は中止としましたが、初詣を予定しています。

日 程:2023年1月5日(木)

場 所:八坂神社

13:35 萩山駅発の電車に乗ります

集 合:一緒に行く方は13:20までに支援センターあさやけ交流室に集合してください。現地集合の方は、13:50に八坂神社に来てください。

申 込:12月12日(月)~交流室内掲示板の申し込みに名前を記入、または電話にて受け付けます。

※1月は厳しい寒さが予想されます。防寒、ウイルス感染防止対策の上ご参加ください。今年の初詣は、雪でした!



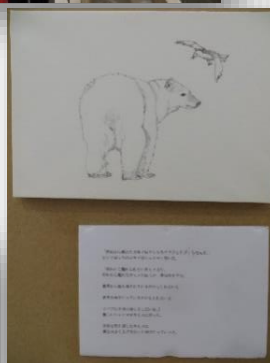
絵や書など送ってくださる方、センター廊下に掲示しています。今回は野崎さんの作品を写真に



異才たちのアート展 2022

みつめあって、みつけあって。

地域のお知らせ



12月1日、主展示先のブリヂストンイノベーションギャラリーに行ってきました。明るい館内にはあさやけからの出展者の作品もあり、地域で暮らす人たちと共に鑑賞しました。

過去最多の196作品が市内各所で展示され、期間中は人が行き交う街でもアートにふれる機会となりました。

自主製品紹介① 起き上がりこぼし(あさやけ第二作業所)



今回ご紹介するのはあさやけ第二作業所の「起き上がりこぼし」です。

手づくりの彩色デザインはどれも一点もの。難を転じまたゆらゆら起き上がる、こぼし(小法師)のように行きましよう! 縁起ものです。

なかまちカフェ、青らんぎ(喫茶店)、いろんなマルシェ、市役所販売などで販売しています。



起き上がりこぼし 1個 350円(税込)

お問い合わせ **あさやけ第二作業所**

Tel 042-345-1564 fax042-347-331

地域生活支援センターあさやけ

<相談> 月～金 10時～18時
土 12時～18時

<交流室> 月～土 ①12時～13時50分
②14時～15時50分
③16時～17時50分
二つの時間帯を利用できます！



2023年

月	火	水	木	金	土	日
	<p>良いお年をお迎え下さい</p>					1 元旦 閉所日
2 閉所日	3 閉所日	4 閉所日	5 初詣(詳細は2P)	6 12:00～13:50 女性の交流室	7	8
9 成人の日 閉所日	10 13:30～14:30 スポーツ	11 10:30～11:30 女性のための ・・・書道	12 16:30～17:30 SST	13 12:00～13:50 女性の交流室	14	15
16	17 13:30～15:00 音楽の時間	18	19 14:30～15:30 ピアサポートなかま会	20 12:00～13:50 女性の交流室	21 13:30～ 16:00 サタデー ひだまり	22
23	24	25 10:30～11:30 女性のための ・・・書道	26 14:00～14:30 風の会 14:30～15:30 メンバー学習会	27 12:00～13:50 女性の交流室	28	29
30	31		今後カレンダーに記載されているプログラムも変更または中止となる場合があります。ご不明な点等ありましたらお問い合わせください。ご理解ご協力おねがいいたします。			

プログラム☺マークのものは事前予約が必要です。

<通常プログラム> 感染予防対策を徹底し時間を短縮したうえで、下記のプログラムを再開します。

- 風の会 ・14時～14時半 センターからのお知らせ、報告会。
- 女性のための書道 ・10時半～11時半 参加費50円。書道を楽しむ会。
- 女子会 ・13時～13時50分 月に1回程度、女性の交流室と合わせて行います。
- OSST ・16時半～17時半 みんなでゲームをしたり、困ったことを話し合えるプログラム。
- ピアサポートなかま会 ・14時半～15時半 テーマに沿って、なかま同士が気持ちや体験を話し合える場。
- 音楽の時間 ・13時半～15時 楽器を演奏してみたい方の持ちこみもOK。

広い会場では距離をとりながら歌もうたいます。聴くだけの参加も大歓迎です。

<臨時プログラム>

- ◆スポーツ・・・・・・・・・・13時半～14時半 こだいら元気村体育館にて
卓球、バドミントンなどを楽しめる範囲で行っています。