

2016年10月24日

札チャレラジオ通信 第41回

佐藤：三角山放送局をお聴きの方、こんにちは。札チャレラジオ通信の時間です。私は本日パーソナリティーを担当します、NPO 法人札幌チャレンジド、佐藤美貴と言います。よろしくお願ひします。この札チャレラジオ通信は毎週月曜日のこの時間に自立を目指す障がいのある人が「IT でマザル・ハタラク・拓き合う」社会を創りたいとの思いで、活動しています。私たち NPO 法人札幌チャレンジドの活動内容をお伝えする番組です。今日は私、就労グループのリーダーを務めています佐藤と、同じく就労グループのメンバーの 2 人をゲストにお迎えして番組を進めていきます。さっきの番組でも言ったんですけど、今日は男子がいないので女子トークで進めたいと思います。じゃ早速女子の皆さん、ご挨拶をお願いします。

川村：はい。就労グループメンバーの川村です。こんな感じです。

佐藤：ごめん、私が予定通り喋らなかったから、おかしくなっちゃったんですね。ごめんなさい、ごめんごめん。川村さんお一人目。もう一人お願いします。

齊藤：平成 22 年 2 月から札幌チャレンジドにお世話になってます。齊藤と申します。よろしくお願ひします。

佐藤：お願いします。今日のゲストは就労グループメンバー川村さんと齊藤さんです。お二人は在宅で決められたシフトに沿って週五日間フルタイムで毎日、パソコンを使ったお仕事に従事してもらっています。あれですかね、私は順番をトチ狂ってしまったから、川村さん言いたいこと言えてない感じですか。

川村：大丈夫です。

佐藤：大丈夫ですか。

川村：頭の中、真っ白になってます。

佐藤：ごめんなさい。齊藤さんも大丈夫ですか。私がもうちょっと在宅についてとか言うんですよね。ここで。ごめん、やっちゃいました。ごめんなさい。はい、じゃ気を取り直して。お二人は在宅で札幌チャレンジドの仕事をしているんですけど、今日はお二人にざっくば

らん在宅で働くってことは、どうゆう感じなのかっていうのを 30 分間お話ししたいなあと思っておりますが。まず二人が在宅についての働き方を選んだ理由っていうのを、ざっくばらんにお聞きしたいんですけど、どっちからいきますか。

川村：私ですか。

佐藤：私って誰。

川村：川村です。選んだ理由ですね。

佐藤：うん。

川村：病気とかして、入院してたんで体力がかなり無かったんですね。

佐藤：うん。

川村：普通にいろんな所行ってお仕事探したんですけど。

佐藤：うんうん。

川村：結局フルタイムじゃないと、障がいの持ってる方は難しいってことを言われたんで。

佐藤：うんうん。

川村：フルタイム、今の自分がフルタイムで働いたら、あんまり動けないなあっていうのが当時の状態だったんで。

佐藤：その当時は在宅ってのも視野に入れていたんですか。その時はフルタイムで通うってことを中心に探していたんですか。

川村：うーんと、出来れば通えれるといいなあと思ってたんですけど、思っていたより自分の体力の無さに驚愕して。で、ネットを通じてもうちょっと別のものを探そうと思ってたんですね。

佐藤：じゃ、札幌チャレンジドのことは在宅で働きたいっていうのが最初からあって。

川村：そうですね。

佐藤：そうだったんですね。わかりました。齊藤さんはどうですか。

齊藤：私の在宅の仕事を始めたきっかけは、父の介護の問題があったので。それが一つのきっかけだったんですけども、他にも自分の体調管理の面からも無理なく働けるということで在宅はとても都合がよかったです、この仕事を選びました。

佐藤：じゃ、その介護とそのお仕事との両立ってということを考えて、働くことを探した結果、在宅がいいかなあと思ったって感じですか。

齊藤：はい、そうですね。

佐藤：なるほど。そういう意味で二人は実際に在宅を視野に入れて札チャレに関わってくれたんですけど、実際に働いてみてお二人どうですか。その時に思ったのと実際に働いたのじゃ、ちょっと違う感じでしたか。

川村：実際に働いてみると自己管理がけっこうあるなあって、時間の調節とか。

佐藤：うんうん。

川村：とは思いますね。

佐藤：何か思ったよりあまくないって感じですかね。気軽そうに見えて甘くないぞっていう。

川村：そうですね。

佐藤：でも気軽だからといって働きたかったというわけではないですもんね。そこは違うよって感じですね。齊藤さんは。

齊藤：私は、欠勤してしまうというのが今までの仕事での課題だったんですけども。在宅だと多少体調が悪くても、お天気が悪くても欠勤しないで働けるっていうのが一番のよかったことです。

佐藤：いままでその欠勤していた理由っていうのが結構天気とか、そういう体調に影響する

ことがあったということですか。

齊藤：そうですね。

佐藤：じゃそういう意味ではそういうのが影響しない在宅がよかったんですね。

齊藤：はい。

佐藤：じゃ、二人はプラスのことで良いイメージで働いてみてよかったなあって感じですか。

齊藤：そうですね。

佐藤：わかりました。でもそんなはずは無いので後半は不安の話を聞きたいと思いますが。

佐藤：実際に働いている人だからこそわかるっていう、何かあるある的なのってあるんですか。例えば家にいたら、一人暮らしではないんですね、お二人ともね。

川村：そうですね。

佐藤：その時に、自分たちは仕事してるけど、例えば親とかが話かけて来ちゃうとか、そういうのとかあるんですか。

川村：ありますね。

齊藤：のべつ幕無しに親が話かけて、あーだこーだ。

佐藤：パソコンの使ったお仕事ってずーっとパソコンに向かって固まって、はたから見えるから、話かけてもいいのかなあと思っちゃいますよね。

齊藤：ありますね。

佐藤：そういう時ってどうしてるんですか。今工作中とか

川村：そうですね。一応シフトに時間は親の方に教えてあるんです。

佐藤：なるほど。

川村：紙とか貼って。ホワイトボードに書いて。

佐藤：すごい、カッコいいですね。

川村：この時間仕事だからねって。でも話かけてくるんです。

佐藤：齊藤さんはどうしてるんですか。

齊藤：私も一応伝えてはあるんですけど、物が無くなったとか、今日のご飯はナニ。とか。

齊藤：お昼は何作ってくれるの。とか。

佐藤：うんうん。

齊藤：そんなようなことを話かけられたりだとか。ケータイの使い方がわからないとか、そういうことで話かけられますね。

佐藤：けっこう仕事中心って在宅だと私たち場合はスカイプとかメールとか中心でやり取りするじゃないですか。そういう時ってビジネスメールとかビジネスな会話をお互いしている時にいきなりお母さんの家族的な口調で話しかけられたり、オンオフの切り替えとか大変じゃないですか。その辺はどうやってやっているんですかね。オンオフの切り替えて。

齊藤：仕事に集中して必要最低限の返事はするけれど、やっぱりスピードも要求される仕事なので、その辺は悟ってもらうしかないかなあ、察してもらうしかないかなあ。

佐藤：なるほど。そうか家族の協力なしでは在宅って難しいんですね。

川村：その面は強いですよ、やっぱり。

佐藤：なるほど。お昼とかってどうしているんですか。

川村：うちの場合は母親がけっこう作ってくれるので。

佐藤：お母さん、いいなあ。

川村：どうもすみませんって。

佐藤：この場を借りて。ありがとうございます。

佐藤：で、やっぱりそのお昼休み中にご飯は食べてるってことですよね。食べながら何かをしてるとかそうゆうんじゃないかね。

川村：一応、休み中の時間に食べて。

佐藤：本当はできますけどね。あえてやらないということですよね。

川村：そうですね。

齊藤：そうですね。

佐藤：そっか。因みにそのお昼とかってお母さんに作ってもらっているんですよね。川村さんは。

川村：私はそうですね。

佐藤：齊藤さんもお母さん。

齊藤：私はお昼担当なんですよ。朝、昼、晩ってあって、晩と朝は母が作るんですけど。

佐藤：うんうん。

齊藤：なぜか昼は私が担当で、何か麺類が多くてメニューがマンネリ化しちゃうんですけど、なんとか作ってます。

佐藤：その時に気持ちの切り替えっていうか、休憩時間だけど更に料理とかをしたりして、そうゆう家族のお仕事をしてたりしたんですね。

齊藤：そうですね。

佐藤：知らなかった。そうかももう少し休みが必要だったら言ってくださいね。ごめんなさい、

分かってませんでした。

佐藤：そうか、なるほど。えーとあっという間にもう半分が過ぎてしまった、早いですね。それでは今日は齊藤さんがリクエスト曲を選んでくれたんですけど。どんな曲でしたか。

齊藤：坂本真綾さんの「Million Clouds」って何ですけど、「あまんちゅ！」ってアニメがあってダイビング部に所属する少女たちの日常の物語を描いたアニメで、わりと友情とか、そういった感じが好きだったので、この曲を選びました。

佐藤：はい、じゃお願いします。

佐藤：はい、CM が終わりました引き続き札チャレラジオ通信をお届けしたいと思います。お二人、緊張は解けましたか。

佐藤：と言ってる私も意外と緊張したりしてるんですけども。でも実際今日、女子 3 人で楽しくお話したいと思っていたんですけど、けっこうオッサン 3 人みたいな感じみたいになっちゃってますよね。

佐藤：はい、気を取り直して女子っぽくいきましょうね、後半もね。さっき在宅で働いてみて、いい感じなことばかりが出たんですけど、実際そんなわけは無いと思いますので、不安とかその解消法とかあるなら、聞きたいんですけど。例えば仕事でわからないこととかあったらお二人はどうしてるんですか。

川村：できるだけ自分で考えて考えて、もうわからなくなった時にスカイプとかで聞きますけど、スカイプチャットで。

佐藤：けっこう一人で抱え込むタイプだったりする。

川村：はい。

佐藤：ダメだと思う。ここでお小言。

佐藤：どんどん聞いてください。齊藤さんは。

齊藤：私はもうやっぱり最初は不安感と孤独感でいっぱい、本当にどうしようって感じた

ったんですけど、スカイプで質問しまくってました。

佐藤：偉い。

川村：見習おう。

齊藤：あと美貴さんがよく連絡のメールをまめにくださったので、それでかなり助かりました。

佐藤：ちょっとここで私、女子カアップですね。

齊藤：女子カアップ。

佐藤：ありがとうございます、私の株を上げていただいて。あと一人でやっていてストレスとかあたりするんですか。

川村：同じ部屋にずっと居ますからね。気分が滅入ってくるなあって。

佐藤：そういう時はどうやって発散してるんですか。

川村：自分の場合はペットにインコを飼ってるんですけど、インコの向かって話かけたりとかして。

佐藤：インコはちゃんと癒しのお返事してくれるんですか。

川村：けっこうしてくれます。

川村：言葉になってないですけど。

佐藤：愛してるよ、とか、そんな感じじゃないの。齊藤さんは。

齊藤：私は音楽を聴いたりして気分転換したりとか、アップテンポの曲でちょっと能率を上げようと試みたりとか。試みてる段階なんですけど。あとはお散歩して外の風にあたって、ちょっとリフレッシュみたいな、そんな感じです。

佐藤：なるほど。これからの季節だと北風だけど。寒くない。

齊藤：ちょっと吹雪の日はつらいですね。

佐藤：実際今の話で思ったんですけど、体力的にはどうなんですか。ずっと座ってるから。私たちが人のことは言えないっていうか、通ってる人も言えないんですけど、在宅だと歩かない日とかもあるんですよね。

川村：たぶん歩数計とか付けたら、全然歩いていないっていうふうになるとと思いますね。

佐藤：そういう時どうしてるんですか。

川村：その場で足上げとか、ベットの上に寝転んで。

佐藤：セクシー過ぎる。

佐藤：齊藤さんもセクシーな感じ。

齊藤：できるだけ外に出るようにはしてるんですけど、一日中買い物にも行かずという日のあたりすると、ちょっと気が滅入ってしまいますね。

佐藤：そうですね。じゃ買い物とか用事を作ってお出掛けしたりだとか。

齊藤：そうですね。

佐藤：なるほど。あと在宅で働くことの魅力って言うんですか、良い所ってもしあったら教えてくださいませんか。

川村：化粧品の減りが少ないです。

佐藤：外行かないので。じゃ敢えて高いものをいい感じで使えますね。無駄無くな。

川村：消費期限あるんで。

佐藤：そうか、そうですね。切れちゃったとか、ありそう。

川村：泣く泣く捨てるみたいなの。

佐藤：そうか、そのていで行くと服とかもそんな感じ。

川村：お洋服買ってないですね。

佐藤：面白い。

川村：お洋服代が掛からない。

佐藤：でも、ここぞとばかりに良いモノ変えますよね。

川村：そうですね。

佐藤：羨ましいかもしれない。あとは暑い日とか寒い日と違ってどうですか。

川村：薄着ですよ。暑い日はね。

佐藤：それは見られても困らないよ、みたいな感じで。

川村：見られたら困ると思います。

佐藤：今度から川村さんのことを思うと悶々としてしまいそうなんですけど。あれ。女子トークのはずだったんですけど、ますますおっさんトーク、おっさんの会話になってしまっ。しかももう24分になってます。やばいやばい。これから在宅ワークを考えている人には是非在宅の先輩として一言ずつ欲しいんですけど、どうですか。

齊藤：私もそうなんですけど、体調とかの問題で心配のある方とか、あとはその他の事情とかでフルタイムを出勤する仕事がキツいって方は、自分らしく働ける手段として在宅という方法もあるということのを頭の片隅に置いていただければなあと思います。

川村：すみません。

佐藤：鼻かんでいるのに。いいと思います、自由ですね。川村さん、どうですか。

川村：そうですね。自分の家でできるっていうのがすごく体に負担がかからないと思うんですよ。どうしても外出にくいなあ、働きづらいなあと思っている人はそういう所で在宅とか

で一步踏み出して、頑張ってみて。自分はこれができるんじゃないかっていうようなことを探してほしいなあと思います。

佐藤：なるほど。齊藤さんは平成 22 年からだから、もう 6 年。

齊藤：6 年目ですね、はい。

佐藤：6 年目ですよ。川村さんは 5 年目。

川村：5 年目ですね。

佐藤：超先輩ですよ。

川村：1 年先輩。

佐藤：いやいやいや、二人とも在宅では超ベテランってことでしょ。ずっと同じですもんね。

川村：そうですね。

齊藤：そうですね。

佐藤：そうかそうか、わかりました。なんか私に変な笑いか入れちゃったから、ちゃんと二人の頑張り具合が伝わっているんでしょうかね。大丈夫かなあ。お二人がですね、仕事上のスキルがキチンとあって、あと仕事に対してのしっかりとした判断力もあって、自ら今みたいだね、一生懸命ラジオでも話せるぐらいのね、発信力っていうかコミュニケーション力がある方がたまたま障がいのこととか、家庭の事情とかで難しいっていう場合に有効な手段であるというふうに考えちゃっていいですかね。在宅って。

川村：そうですね。

齊藤：そうですね。

佐藤：そうか、うんうん。実際オンオフの切り替えがすごい難しいいんですよ。

川村：できないことは無いと思うんですけどね。心がけ次第かなあと。

佐藤：それは一人ではなくて家族とかの協力もないと駄目ってことですよね。お父さんとかお母さんとかって、どういうふうに協力してくれているんですか。

川村：まあ、仕事の時間はやっぱり、たまに話かけてくるんですけど。できるだけ干渉しないようにはしてくれてますよ。

佐藤：やっぱりそれって普段から家で働いている姿を認めてくれてるっていう所もあるんでしょうね。

齊藤：ありがたいですね。

佐藤：わかりました。お二人は明るく楽しく話をしてくれているんですけど、一方でさりげなく言っていた自分自身の体調面とか精神面の日々のコントロールがとても大事で意外と在宅っていうのは簡単ではなくてたくさんのスキルが必要だっていうことがこの 30 分で伝わってくればありがたいんですけど、どうですかね。

齊藤：はい。

川村：はい。

佐藤：お二人がすごく頑張っていることがわかりました。改めて二人に敬意を称します。これからもよろしくお願いします。

川村：これからもよろしくお願いします。

齊藤：これからもよろしくお願いします。

佐藤：そして二人のように明るく前向きに札チャレのお仕事をしたいって方を引き続き、私たち就労グループでは募集しています。まずは電話でお気軽にご相談ください。札幌 011-769-0843 です。それではお二人、今日はありがとうございました。来週もですね、私たち就労グループがラジオの当番を担当します。ラジオをお聴きのみなさん、来週もこんな感じですけどよろしくお願いします。それでは今日はこの辺で失礼します。前の時間に真似てさようならではなく、ごきげんようでいきたいと思います。それではみなさん、ごきげんよう。

川村：ごきげんよう。

齊藤：ごきげんよう。