

## Cさんの手記

### ①自己紹介

私は、地域のコミュニティセンターで勤務しています。

コミュニティセンターでは、貸館業務やイベントの企画、開催、市民活動サポートなどを行っています。仕事はシフト制で朝番、中番、遅番とあるのですが、14時から21時勤務が多いです。仕事が早い日は7時ごろに起き、遅い日は8時から9時ごろに起きて出勤します。

高校卒業後、専門学校でプログラミングを学び、その後大学へ行き、システムエンジニアとして働きました。残業も多く、また、経営状態が悪くなり賃金の未払いがあったので辞めました。人間関係的にも精神的にも疲弊しました。トータルで8年程務めました。

会社を辞めた後、ひきこもるようになりました。たぶん4年くらいだと思いますが、正確には覚えていません。その後、漫画喫茶でアルバイトをしましたが、2年ほどで辞めてしまい、また、2年ほどひきこもるようになりました。その後、青少年の家の若者相談窓口を訪れたのがきっかけで、今働いています。

### ②ひきこもり期間は何をしていましたか？その時何を考えていましたか？

自分自身、精神的にも疲弊していたので、すぐに次の仕事を探そうという気になりませんでした。私の悩みは、「空白があるが働けるのか。」「プログラマー・システムエンジニアの仕事をしてきたので、それ以外の仕事ができるのかどうか。」また、漫画喫茶でアルバイトをしましたが、人付き合いが得意ではない自分には接客業は合わない、会話が得意ではないのでコミュニケーションがとれるのか、そして環境に慣れるのに時間がかかることが悩みでした。

何かしなければと思ってはいましたが、何も出来ずに毎日だらだらと…。たまにネットで求人情報を見ることはありましたが、結局何も行動することはありませんでした。家でゴロゴロしているほうが楽です。

1日中ネットでYoutubeの動画をみたり、ちょっとゲームをしたりしていました。昼夜が逆転していて、食事も1日1食の時もあり生活が不規則でした。部屋のカーテンを開けることもありませんでした。1日中暗い部屋の中で過ごしていることが多かったです。たまにコンビニに行くことはありましたが、夜中に行っていました。人に会いたくありませんでした。ひきこもっている自分を見られたくありませんでした。

### ③ひきこもっている期間に家族にしてほしかったことは？

特にありませんが、あまりかまってほしくなかったです。家族は何も言いませんでした。多分そっと見守ってくれていたと思います。でも、自分自身どうすることもできずにいました。

### ④どのような経緯で相談に来ましたか？

前職を辞めてからしばらくひきこもっていました。「このままではダメだ」と思っても、なかなか行動出来ずにいました。ネットで安城市のHPを見て虹の会のことを知り、思い切って電話をしました。最初は青少年の家で相談していました。自転車で青少年の家まで行ったのですが、久しぶりに出かけたのでとても疲れしました。人と会話をしていなかったので理事長と話をするときにめっちゃめっちゃ緊張しました。

その後、虹の会の就労支援でジョブトレーニングを始めました。最初の日が松明作りでした。棒にウエスを巻き針金をペンチで縛る作業です。久しぶりに工具を使ったので疲れましたが、楽し

かったです。ホコ天や福祉まつりなど、野外での活動にも参加しました。他人と一緒に作業することも久しぶりだったので、最初は慣れませんでした。ですが、理由はそれぞれ違いますが自分と同じような境遇の方々がいて、いろいろ作業ができたこと、行く場所ができたことは良かったです。

#### ⑤働こうと思ったきっかけは？

ずっとこのままではいけないと思っていました。就職サイトにはいろいろな仕事に掲載されていますが、何が自分に合っているのかわからなかったし、自分のやりたいことがハッキリしていませんでした。また、ブランクがあるので不安でした。

そんな時に虹の会の総括から、今のコミュニティセンターを紹介されました。初めは体験感覚で行きました。虹の会とセンター体験の日を作り、少しずつセンターでの時間を長くして仕事を覚えていきました。仕事を覚えることで自信にもつながり、やがて面接を受けました。面接では何を聞かれるのかと少し緊張したのを覚えています。今までの仕事(プログラマー、システムエンジニア)と違うのは、「スタッフ間での会話が多い」ことと、「1日中デスクワークというわけではない」ことです。今までは、1日中パソコンの画面に向かって納期に追われながらの仕事でした。残業も多かったです。センターの仕事は、無理のない働き方が出来るのが良いと思いました。

#### ⑥失敗した就活は？

漫画喫茶のアルバイトです。ずっとデスクワークをしてきた自分には、とても大変でした。接客業ですが、人と接するのが苦手な体力的にも大変でした。

基本はレジ、フロア(注文受付、配膳)と厨房の2人で作業するのですが、1人でやらなければならないことが多く、特にランチタイムは大変でした。

#### ⑦働き出してから感じたこと

虹の会にお世話になる前は、寝る時間、起きる時間、食事の時間がバラバラで食事も1日1食の時もありましたが、今は生活リズムが整いました。シフト制なので、他のスタッフに迷惑をかけないように体調管理もしないといけないからです。そして今、職場では、いろいろな発見があり、自分が無知だなあと感じる人が多いです。まず、コミュニティセンターですが、なんか施設があるなあ程度にしか知りませんでした。どういう施設で、何をやっているのかもまったく知りませんでした。

センターで日々の業務をしていると、こんなに団体があるんだ、こんな活動をしているんだ、など新しい発見の毎日です。そして、人との会話も増えています。楽しいですね。

#### ⑧当事者へ言いたいこと

人間一人で出来ることには限界があります。なので、自分で何かをしようとしてもどうにもならないことがほとんどです。また、「人に頼る」ことは悪いことではないと思います。他人に自分の弱さを見せることが嫌だという人もいるかもしれませんが、そういうプライドは捨てた方がいいと思います。もっと人に頼りましょう。

#### ⑨今後の目標

今の仕事をしっかりやることはもちろんですが、仕事以外のところでも人と交流する機会をなるべく多くつくるようにしたいです。