

農業における 障がい者就労支援のためのガイドブック

(精神障がい・発達障がい編)



はじめに

特定非営利活動法人土と風の舎では、平成 20 年度より農園芸分野における障がい者就労支援に取り組み始めました。平成 24 年度より農林水産省障害者就労支援事業として、精神障がい者および発達障がい者に対して自立や社会参加、就労を目的とした農園芸による訓練を行ってきました。平成 24 年度には、「農園芸による精神障がい者ための訓練モデルカリキュラム」をとりまとめました。

本ガイドブックは、平成 25 年度農林水産省障害者就労支援事業として精神障がいおよび発達障がいのある方が農業に従事する際や農業による自立や就労に向けた訓練の際に必要とされる配慮や工夫、支援方法を取りまとめたものです。

『農業の特徴と障がい特性の関係』では、農作業の特徴を 15 項目に分類し、その特徴ごとに配慮が必要となる障がい特性を取りまとめました。

『支援のポイント』では、農作業の特徴ごとに、支援の際の留意点や障がい特性に対応した支援方法を具体的に掲示しました。

作成にあたっては、精神障がいと発達障がいについて正しい理解と障がいのある方への適切な支援がなされることを願い、また就労支援の専門職以外の方にも広く活用していただけるよう、明瞭な表現に心がけました。

なお、記載している障がいについては、精神障がいは統合失調症、発達障がいはアスペルガー症候群を対象に記載しております。

本ガイドブックが、精神障がい者と発達障がい者の就労訓練や就労の場で活用され、適切な支援がなされるとともに、農業による就労訓練の普及や就農促進の一助になれば幸いです。

最後になりましたが、本ガイドブック作成にあたりご監修いただいた就労継続支援 B 型 M I N A A M I G O の関谷好久氏、埼玉森林病院の山口和彦氏、就労訓練講師の小林堯氏、野本武士氏、挿絵をお描きいただいた樋浦めぐみ氏をはじめ、ご協力いただいた多くの皆様に深く感謝申し上げます。

2014 年 3 月

特定非営利活動法人土と風の舎

目 次

農業の特徴と障がい特性の関係	1
精神障がい編	
精神障害とは	2
支援のポイント	6
発達障がい編	
発達障害とは	2 1
支援のポイント	2 4
参考文献	3 9

◆農業の特徴と障がい特性の関係

精神障がいのある方、発達障がいのある方が農業（農作業）に関わる際に、配慮が必要となる障がい特性（行動の特徴）をとりまとめました。ここに示した特性は一般的なものであり、一人ひとりがすべての特性を有するわけではありません。障がい特性については、精神障がいは統合失調症、発達障がいはアスペルガー症候群を記しています。また、農業（農作業）の特徴についても一般的な特徴を挙げてあります。

「農業の特徴と障がい特性との関係」

農業（農作業）の特徴		精神障がい （統合失調症）	発達障がい （アスペルガー症候群）
1. 道具の使用	手先の器用さ 一定の運動能力 準備・後片付け、整理整頓	動作が緩慢 手先の不器用さ	手先の不器用さ 動作がぎこちない 整理整頓が苦手
2. 多様な作業内容	生長過程に合わせた作業内容 栽培品目ごとに異なる作業行程	段取りが苦手 同時に複数の作業は苦手 全体把握が苦手	興味関心が偏る 優先順位の付け方が苦手 同時に複数の作業は苦手
3. 判断基準の曖昧さ	水やり、除草、収穫	曖昧さの理解が苦手	曖昧さの理解が苦手
4. 変化への対応	天候、生長への対応 多様な作業内容への対応	変化に弱い 状況判断が苦手 臨機応変な対応が苦手 自主性・自発性が少ない	臨機応変な対応が苦手 柔軟な行動が苦手 変化に対応がしにくい 応用がききにくい
5. 体力	一定の体力・持久力が必要	疲れやすい 基礎体力、運動機能の低下	運動が不得意 疲労を自覚しにくい
6. ペース配分・休憩	優先順位、作業配分、ペース配分、休憩のタイミング	ほどほどが苦手 優先順位をつけるのが苦手 作業効率が悪い	マイペース 集中の持続が困難 優先順位をつけるのが苦手
7. 危険への対処	怪我、有毒生物、危険動物、熱中症への対処 農具、機械の操作、取り扱い	状況判断、全体把握が苦手 集中力・注意力が乏しい	不注意、多動性がある 感覚に偏りがある トラブルに対応しにくい 他のことに注意が向きにくい
8. 作業経験	経験回数の幅が大きい	慣れるのに時間がかかる 失敗を繰り返しやすい	慣れるのに時間がかかる
9. 日焼け・汚れ	日焼け、汚れ	薬の副作用で日焼けしやすい	感覚が過敏または鈍感
10. 作業環境	集団・単独作業 気温、湿度等の変化	対人関係が苦手 環境の変化に弱い	対人関係が苦手
11. 農薬の使用	取り扱い、正しい知識 不安感、嫌悪感	不安を感じやすい	
12. 就業時間の不確定さ	早朝、夜間、休憩、昼食	調子に波がある 臨機応変が苦手	行動の切り替えが苦手
13. 作業姿勢	様々な作業姿勢	自主性・自発性が少ない 動作が緩慢	姿勢の悪さ
14. 農業機械の使用	視力、体力、判断力、平衡感覚などの高度な心身機能	集中力・注意力が乏しい 動作が緩慢	不注意、多動性がある 動作がぎこちない
15. 様々な知識や能力	農学、植物学、気象学、地学、化学、販売、流通、経営、会計・経理、コミュニケーション、PC など	興味・関心の幅が狭い	興味・関心に偏りがある 得意分野は才能を発揮する

～精神障がい編～

◆精神障害とは

精神障害とは

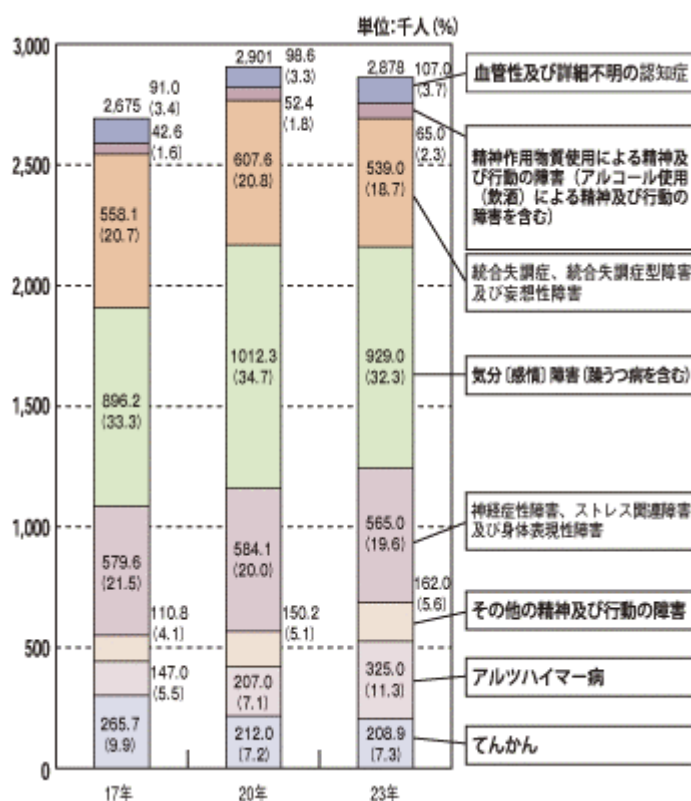
精神障害は様々な精神疾患が原因となっております。主な精神疾患には、統合失調症、うつ病、そううつ病、てんかん、神経症などがあります。

「精神保健および精神障害者福祉に関する法律」において、「精神障害者」とは、「統合失調症、精神作用物質による急性中毒又はその依存症、知的障害、精神病質その他の精神疾患を有する者をいう。」（第5条）と定義されています。また、「障害者の雇用の促進等に関する法律」では、障害者について「身体障害、知的障害、精神障害（発達障害を含む。）その他の心身の機能の障害があるため、長期にわたり、職業生活に相当の制限を受け、又は職業生活を営むことが著しく困難な者をいう。」（第2条）と定義されています。さらに、「障害者の雇用の促進等に関する法律施行規則」では、精神障害がある者とは、①精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている者、②統合失調症、そううつ病（そう病及びうつ病を含む。）又はてんかんにかかっている者で、症状が安定し、就労が可能な状態にあるものとされています。（第1条の4）

精神障害者の状況

平成25年度版障害者白書によれば全国の精神障害者数は約320万1千人で、このうち入院患者が32万3千人、外来患者は287万8千人と推計されています。人口千人あたり25人となります。

また、外来の精神障害者の疾病別の内訳を見ると、「気分（感情）障害（躁うつ病を含む）」92.9万人（32.3%）、「統合失調症、統合失調症型障害及び妄想性障害」53.9万人（18.7%）、「神経症性障害、ストレス関連障害及び身体表現性障害」56.5万人（19.6%）、「てんかん」20.9万人（7.3%）、等となっています。



平成25年度版障害者白書より引用

精神障害者保健福祉手帳

精神障害者保健福祉手帳は精神障害者のうち一定の精神状態にあるものに対して交付されるものです。その目的は手帳の所持者に対して、各種の支援策を講じられることを促し、精神障害者の自立と社会参加の促進を図ることを目的として、平成7年に創設されました。障害の程度に応じて重度のものから一級、二級、三級とされています。有効期限は2年で、更新する場合は更新手続きが必要です。

一級 日常生活の用を弁ずることを不能ならしめる程度のもの

二級 日常生活が著しい制限を受けるか、又は日常生活の著しい制限を加えることを必要とする程度のもの

三級 日常生活若しくは社会生活が制限を受けるか、又は日常生活若しくは社会生活に制限を加えることを必要とする程度のもの

○精神障害者保健福祉手帳交付者数（平成23年度末時点）

一級 95,711 人

二級 395,283 人

三級 145,054 人 合計 635,048 人

精神障害の分類

精神障害者相談窓口ガイドブックによれば、精神障害（疾患）を以下のように分類しています。

- ・器質性精神障害
- ・症状性精神障害
- ・てんかん
- ・精神作用物質による精神・行動の障害
- ・統合失調症
- ・気分障害（うつ病、そううつ病）
- ・神経症性障害
- ・ストレス関連障害
- ・身体表現性障害
- ・摂食障害
- ・睡眠障害
- ・パーソナリティ障害
- ・児童期青年期の精神障害

統合失調症とは

統合失調症は、およそ100人から120人に一人の割合で罹る精神疾患で、原因はまだはっきり分かってはいませんが、脳内の神経伝達物質の異常が背景にあるのではないかと考えられています。素質的にストレスに耐える力が弱いという「生理・遺伝的要因」、生活体験が乏しく、ストレスに耐える力が育てられにくいという「社会的・環境的要因」、仕事や人間関係からくるストレスなどの「心理的要因」との相互作用により発病するとの説が有力です。

発症は、思春期から青年期という10歳代後半から30歳代が多い病気です。中学生以下の発症は少なく、40歳以降にも減っていき、10歳代後半から20歳代にピークがあります。発症の頻度に大きな男女差はないとされてきましたが、診断基準に基づいて狭く診断した最近の報告では、男：女＝1.4：1で男性に多いとされています。男性よりも女性の発症年齢は遅めです。

統合失調症の症状

代表的な症状に幻覚と妄想があります。幻覚や妄想は統合失調症だけでなく、ほかのいろいろな精神疾患でも認められますが、統合失調症の幻覚や妄想には一定の特徴があります。幻覚と妄想をまとめて「陽性症状」と呼ぶことがあります。

幻覚

幻覚とは、実際にはないものが感覚として感じられることで、しばしば幻聴が認められます。実際にはない声に話しかけられたり、命令されたりするなど、人の声として聞こえることが多いのが特徴です。「お前は馬鹿だ」などと本人を批判・批評する内容、「あっちへ行け」と命令する内容、「今トイレに入りました」と本人を監視しているような内容が代表的です。周りの人からは、幻聴に聞きいてニヤニヤ笑ったり（空笑）、幻聴との対話でブツブツ言ったりする（独語）と見えるため奇妙だと思われ、その苦しさを理解してもらいにくいことがあります。

妄想

妄想は明らかに誤った内容であるのに信じてしまい、周りが訂正しようとしても受け入れられない考えのことです。

「街ですれ違う人に紛れている敵が自分を襲おうとしている」（迫害妄想）

「近所の人の咳払いが自分への警告だ」（関係妄想）

「道路を歩くと皆がチラチラと自分を見る」（注察妄想）

「警察が自分を尾行している」（追跡妄想）

などの内容が代表的で、これらを総称して被害妄想と呼びます。

時に「自分には世界を動かす力がある」といった誇大妄想を認める場合もあります。

妄想に近い症状として、

「考えていることが声となって聞こえてくる」（考想化声）

「自分の意思に反して誰かに考えや体を操られてしまう」（作為体験）

「自分の考えが世界中に知れわたっている」（考想伝播）

のように、自分の考えや行動に関するものがあります。思考や行動について、自分が行っているという感覚が損なわれてしまうことが、こうした症状の背景にあると考えられることから、自我障害と総称します。

幻覚・妄想の特徴

統合失調症の幻覚や妄想には、2つの特徴があります。その特徴を知ると、幻覚や妄想に苦しむ気持ちが理解しやすくなります。

第1は、内容の特徴です。幻覚や妄想の主は他人で、その他人が自分に対して悪い働きかけをしてきます。つまり人間関係が主題となっています。その内容は、大切に考えていること、劣等感を抱えていることなど、本人の価値感や関心と関連していることが多いようです。このように幻覚や妄想の内容は、もともとは本人の気持ちや考えに由来するものです。

第2は、気分にあふ影響です。幻覚や妄想の多くは、患者さんにとっては真実のことと体験され、不安で恐ろしい気分を引き起こします。無視したり、ほうっておくことができず、いやおうなくその世界に引きずりこまれるように感じます。場合によっては、幻聴や妄想に従った行動に走ってしまう場合もあります。「本当の声ではない」「正しい考えではない」と説明されても、なかなか信じられません。

生活の障害

統合失調症では、先に述べた幻覚・妄想とともに、生活に障害が現れることが特徴です。この障害は「日常生活や社会生活において適切な会話や行動や作業ができにくい」という形で認められます。陰性症状とも呼ばれますが、幻覚や妄想に比べて病気による症状とはわかりにくい症状です。患者本人も説明しにくい症状ですので、周囲から「社会性がない」「常識がない」「気配りに欠ける」「怠けている」などと誤解されるもととなることがあります。こうした日常生活や社会生活における障害は、次のように知・情・意それぞれの領域に分けて考えると理解しやすいでしょう。

会話や行動の障害

会話や行動のまとまりが障害される症状です。日常生活では、話のピントがずれる、話題が飛ぶ、相手の話のポイントや考えがつかめない、作業のミスが多い、行動の能率が悪い、などの形で認められます。症状が極端に強くなると、会話や行動が滅裂に見えてしまうこともあります。こうした症状は、注意を適切に働かせながら会話や行動を目標に向けてまとめあげていく、という知的な働きの障害に由来すると考えられます。

感情の障害

自分の感情についてと、他人の感情の理解についての、両者に障害が生じます。自分の感情についての障害とは、感情の動きが少ない、物事に適切な感情がわきにくい、感情を適切に表せずに表情が乏しく硬い、それなのに不安や緊張が強く慣れにくい、などの症状です。

また、他人の感情や表情についての理解が苦手になり、相手の気持ちに気づかなかったり、誤解したりすることが増えます。こうした感情の障害のために、対人関係において自分を理解してもらったり、相手と気持ちの交流をもったりすることが苦手となります。物事を行うために必要な意欲が障害されます。

意欲の障害

仕事や勉強をしようとする意欲が出ずにゴロゴロばかりしてしまう（無為）、部屋が乱雑でも整理整頓する気になれない、入浴や洗面などの身の清潔にも構わない、という症状として認められます。さらにより基本的な意欲の障害として、他人と交流をもとうとする意欲、会話をしようとする意欲が乏しくなり、無口で閉じこもった生活となる場合もあります（自閉）。

病識の障害

病識とは、自分自身が病気であること、あるいは幻覚や妄想のような症状が病気による症状であることに自分で気づくことができること、認識できることをいいます。統合失調症の場合には、この病識が障害されます。多くの場合、ふだんの調子とは異なること、神経が過敏になっていることは自覚できます。しかし幻覚や妄想が活発な時期には、それが病気の症状であるといわれても、なかなかそうは思えません。

症状が強い場合には、自分が病気であることが認識できない場合もあります。治療が進んで病状が改善すると、自分の症状について認識できる部分が増えていきます。ほかの患者さんの症状については、それが病気の症状であることを認識できますから、判断能力そのものの障害ではないことがわかります。自分自身を他人の立場から見直して、自分の誤りを正していくという機能の障害が背景にあると考えられます。

（厚生労働省HPより引用）

◆支援のポイント

統合失調症の方を対象に、農業による就労支援を行う際に大切となる支援のポイントを農業（農作業）の特徴ごとに記します。農業の特徴と障がい特性との関係は「農業の特徴と障がい特性との関係」（1 頁）にとりまとめているので、ご参照ください。

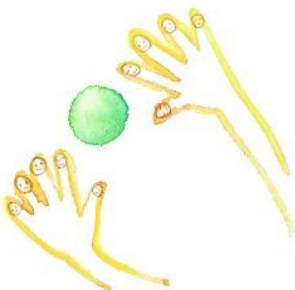
1. 道具の使用

農業では多種多様な道具を使用します。普段聞きなれない名前の道具も多く、使い方も様々です。土を掘り起こして耕す、土をならす、畝をつくるといった作業では比較的重量のある道具を使い、大きな動作が求められ、全身の運動能力や筋力、持久力などを必要とします。種まき、植え付け、草取りなどの作業では比較的軽量の道具を使い、注意力、集中力、巧緻性を必要とします。

統合失調症の方には、緊張の強さからくる体の固さ、手先の不器用さやぎこちなさがみられます。また、薬の副作用による手の震え、動作の鈍さが見られることもあります。そのため、細かい操作を必要とする道具の使用は難しい場合があります。また、焦ると全体的に力みやすくなりその傾向は強くなります。農業で使用する道具は刃物や先端が鋭利なものが多く、思わぬ怪我につながる場合もありますので、使用には十分な注意が求められます。

支援のポイント

- ・使い方、手入れの仕方、危険性などを実物を使って分かりやすく伝えます。言葉だけでなく、文字、イラスト、図などを用いて視覚的に理解できるようにします。
- ・使用した道具（刃物以外）は自分で管理するようにします。管理を任されることで自主性や責任感を高めるきっかけになりますが、逆に責任を感じて不安になる人もいので、本人の意思をしっかり確認することが必要です。
- ・刃物類は原則として、雇用主（責任者）が管理します。
- ・作業前後に必ず数を確認します。
- ・チェックシートを用いて持ち出し返却を管理することは、責任を持った使用につながります。
- ・休憩時間には、怪我を防ぐために決まった場所に置くようにします。
- ・自分のペースで使用できるように、ゆとりをもった時間設定が必要です。



※重量のある道具を使いダイナミックな動作が必要な作業は、運動能力を強化し、筋力、耐久力を強化し関節の可動範囲や下肢の支持性、バランス能力、目と手の協調性などを向上させます。

※軽い道具を使い小さな動作の作業は、目と手の協調性・上肢・下肢の筋力や巧緻性などを向上させます。

2. 多様な作業内容

「植物の生長過程に合わせた作業内容」「栽培品目ごと異なる作業手順」「季節ごとに変わる作業内容」など農業には様々な作業や作業手順があります。一日のうちでも、午前と午後、数時間単位で作業内容が異なることもあります。

統合失調症の方は、物事の全体像を把握することが苦手なため、自分で段取りを考えて手順よく作業することが難しいといえます。また、物事の要点を捉えることも不得手なため、優先順位をつけて行動することが苦手です。一度にたくさんの課題に直面すると混乱してしまったり、簡単な手順が覚えられずミスを繰り返したりすることがあります。そのため、一度に複数の作業を効率よく行うことが難しい場合があります。

支援のポイント

- ・初めての環境では緊張しやすい傾向にあります。作業に慣れるまでは、簡単で同じように繰り返し出来る作業から始めます。
- ・作業内容を簡潔に記した作業予定表を作成し、常に確認できる場所に掲示します。
- ・一度に複数の作業を指示せず、一つの作業が完了したら次の作業を指示することが大切です。
- ・熟練者にとっては一つの作業と思えるものでも、幾つかの工程から成り立っています。一工程ごとに作業分解し、作業手順を指示します。
- ・作業手順書を作成すると理解の助けになります。見やすい場所に掲示してすぐに確認できるようにします。
- ・作業ごとに指示する人が変わると不安になったり混乱したりしてしまいますので、担当の指示者を決めておきます。担当者が不在の場合、誰から指示を受けるのか、誰に「報告」「連絡」「相談」をすれば良いのか事前に決めておきます。
- ・指示は短くわかりやすい言葉で具体的に伝え、抽象的な表現やあいまいな表現は避けます。言葉だけでなく、ホワイトボード等を使い視覚的に理解できるようにします。
- ・複数で作業する場合は、各人の作業内容を一覧表などにして、分担を分かりやすくすることが大切です。
- ・指摘や指導をする場合、前向きに伝えます。肯定的な言葉かけは本人の自信につながります。本人のやる気を評価しながら伝え、「成長の機会」として前向きな受け止め方ができます。物事の受け止め方を変えることはストレスを軽減することにも役立ちます。

指導例)

- ①「やってみせる」
- ②「一緒に行く」
- ③「自分で実践する（見守る）」
- ④「任せる（責任をもたせる）」

※最初は時間がかかり面倒かと思うこともあるかもしれませんが、正確に作業が出来るようになることで、自信や達成感が育まれます。



3. 判断基準の曖昧さ

農業は製造業など他の業種と比べて判断基準が曖昧な場合が多くあります。「たっぷり」「適当に」「ほどほど」「このくらい」など作業中よく使う言葉です。水やりのタイミングや量、肥料の散布時期、収穫の判断、除草のタイミングなど判断基準が曖昧や不明確な作業では、判断に戸惑うことがあります。

統合失調症の方は、曖昧な表現を理解することが苦手です。水やりの際に「土の表面が乾いたら、たっぷりあげる」と指示してしまうと、土がどのくらい乾いたら水をあげるのか、土の乾き具合で水の量を変えるのか、どのくらいあげればいいのかなど判断に困ることが多くみられます。曖昧な表現は混乱や不安を生じさせ、ミスの発生や作業効率の低下を招きます。曖昧な表現は避け、具体的に指示することが大切となります。

支援のポイント

- ・ 分かりやすい言葉で具体的に説明します。
- ・ 定規、秤、模型、治具、見本、実物などを用いて実際にやってみせながら説明します。
- ・ 具体的な指示は理解しやすく、正しい判断に繋がります。間違った判断を防ぐためにも、具体的な指示は重要です。

例)

「この辺で切る」× → 「この位置で切る」○

「この位入れる」× → 「この線まで入れる」○

「〇〇〇g 前後」× → 「△△△g から□□□g まで」○

- ・ メモを取ったり復唱したりすることは、理解の助けになります。
- ・ 重要な箇所をキーワード化して説明すると理解しやすくなります。メモや復唱をする際にも効果的です。

例)

「いつまでに」

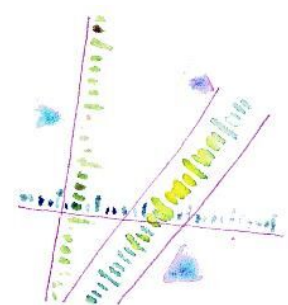
「何を」

「どうするのか」

「誰に」

「いくつ」

「どこへ」



4. 変化への対応

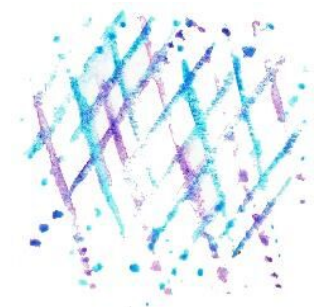
農業はその日の天候や圃場の状態などで予定していた作業を急遽変更しなければならないことがあります。一日のうちでも午前と午後、作業が終わるごとなど、作業内容が時間単位で変わることもあります。作業内容の変更に合わせて作業環境や作業手順、作業時間も変わるため、変化への対応が様々な形で求められます。

統合失調症の方は、変化に弱い傾向にあります。急な変更直面すると不安や混乱が生じてしまい、臨機応変に対応することが難しいといえます。

物事を杓子定規にとらえやすく、機転がきかない傾向があります。物事の全体像を把握することが苦手なため、気を利かせて動くことも不得手です。特に緊張が高い状態では、思考の柔軟性を欠き、このような傾向は強くなります。作業内容や作業環境が変わることは、統合失調症の方にとって大きなストレスになりますので注意が求められます。

支援のポイント

- ・作業に慣れるまでは、作業内容や作業環境を変更しないようにします。
- ・作業内容を簡潔に記した作業予定表を作成し、見やすい場所に掲示します。予定に変更があった場合は、すぐに修正して変更内容を分かりやすく伝えます。
- ・スケジュール手帳や日付、時間の表示が大きく書き込み可能なカレンダーなどを用いて、個人用の作業予定表を作成します。作業内容を時系列で視覚的に理解できるようにし、予定に変更があった場合は、すぐに修正を促します。自分で修正することで、不安や混乱を抑えることにつながります。
- ・「雨天の場合は、作業を〇〇〇に変更します。」「畑の状態によっては、作業内容を〇〇〇に変更することがあります。」などあらかじめ変更内容を伝えておき、急な変更に対応できるようにします。
- ・天気予報を見る習慣をつけます。天候の変化を予め知っておくことで、天候による変更への対応に備えることができます。
- ・一日の作業内容を一度に説明することを避けます。作業時ごとに説明することで、大きな変化を回避することができます。



5. 体力

農業では一定の体力、腕力や筋力、持久力などを必要とします。一日を通して屋外で作業することもありますので、肉体的な負担が大きいのが農業の特徴です。

統合失調症の方は、病気の影響による疲労感、薬の副作用による体のだるさなど基礎体力に課題がある人が多くみられます。一日を自宅で過ごし、体をほとんど動かさない生活をしている人も多く、農作業のような重労働にいきなり取り組むことは難しいといえます。就労への準備として体力の向上は欠かせません。

また、緊張が高くすぐ疲れる、真面目で手を抜けずに頑張りすぎて疲れてしまうなど疲れやすい傾向にあります。疲労は体調の悪化や病気の再発に繋がることとなりますので、疲労をためない工夫が求められます。

支援のポイント

- ・最初は少ない作業量、作業日数から始め、少しずつ量、日数を増やして体力と環境を慣らしていきます。作業時間についても同様に、短時間から始め、環境に慣れてきたら徐々に時間数を増やしていきます。
- ・疲労を自覚しにくい人もいますので疲れのサインを見逃さず、疲れがたまっているようであれば作業時間を短くするなどの対応をとります。
- ・作業開始時に作業者ミーティングを行い、その日の体調や睡眠時間、服薬状況などを確認することが大切です。本人が自分の体調を把握するだけでなく、周囲にも自身の体調を伝えることは、他者からの気遣いや配慮などを期待できます。
- ・本人がつまづかないようなハードルを設け一つずつクリアしていくことは自信につながります。
- ・本人が「もっとできる」と言ってくる場合があります。このような場合は、じれったさや周囲からの言葉から焦っていることも考えられますので、過去の作業状況や日々の体調、体力などを本人とふりかえり、現実的に可能な作業を一緒に考えていくようにします。
- ・作業開始時と終了時には体操やストレッチを行うとよいでしょう。体の可動域を広げ柔軟性を高めることは疲労の軽減に役立ちます。
- ・冬季や農閑期などは作業量が減り体力の低下につながります。対策として、スクワット（下半身の筋力の維持強化）、ストレッチ（可動域の維持向上）などを行なうのもよいでしょう。



※体力の低下を自覚し、以前の自分のようなイメージで仕事をするのではなく、今の自分に合わせた仕事のやり方を身につけていくことが体調の悪化を予防し、仕事の継続につながっていきます。

6. ペース配分・休憩

農業では作業量に応じて、作業のペースや休憩のタイミングなどを自分の判断で行うことがあります。休憩時間が定められておらず、作業の進み具合に合わせて休憩をとることもしばしばあります。

統合失調症の方は、真面目で一生懸命に頑張りすぎてしまう方が多く、休みを上手にとれずに、体調の悪化を招くケースが多くみられます。物事を非常にまじめに捉えるあまり、自分だけが休むと「サボっている」「手を抜いている」と思い込んでしまったり、周囲にそう思われているのではないかと考えてしまう方も多いようです。そのため、疲れているのに「大丈夫です」と答える方も少なくありません。環境に慣れていない場合や緊張が高いときにも、自分から休憩がとれない人がいます。また、他者と自分を比較して頑張るあまり、ペースが自分に合わなくても言い出せずに無理をしてしまう人が多いようです。

オーバーワークは注意力、判断力、集中力の低下につながり、作業効率の低下、ミスの増加、怪我などに結びつきます。頑張りすぎて体調を崩してしまわないように、休憩のタイミングや回数、作業量、ペース配分は特に注意が求められます。作業量と休憩のバランスを身に付け、自分に合ったペースで作業できるようになることが大切となります。

支援のポイント

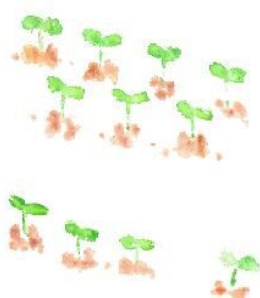
- ・休憩を取りやすい環境や雰囲気をつくることが大切です。
- ・最初は作業量や休憩のタイミングを本人と話し合いながら決めます。やさしすぎると思うくらいから始め、少しずつ作業量を増やしていくと本人も指導者（責任者）もお互いに不安なく作業に取り組めます。
- ・注意力、判断力、集中力が続かない場合は休憩の回数を増やす、作業時間を短くするなどの対応をとります。
- ・ペース配分を自己管理できるようになることは、体調管理にも繋がります。
- ・休憩時間は「10 分間」とか「何時まで」と具体的に決めます。

例)

「目印まで苗を植えたら、5 分休憩」

「作業の途中でも、3 時から 3 時 15 分まで休憩」

- ・定期的な声かけを行います。疲れのサイン（あくび、ミスの増加、作業ペースの遅れなど）を見逃さず、兆候が見られた際には早めに休憩をうながします。
- ・休憩時に気軽にできるリラックス法や気分転換の仕方を身につけるとよいでしょう。



7. 危険への対処

有毒動植物、危険動物、熱中症、農具や農業機械の取り扱いなど農業には様々な危険が潜んでいます。平成23年度には農作業中の負傷事故が3,877件（うち死亡事故は238件）発生しており、農作業中の安全対策が求められています。

統合失調症の方は、病気の影響で注意力、集中力が低下していることが多く、咄嗟の判断や行動が出来にくい傾向があります。誰でも怪我をしたり危険な思いをすると、動揺して冷静な判断や行動をとりにくくなりますが、統合失調症の方は、そのような傾向が特に強いといえます。緊急時に落ち着いて行動が出来るように、日ごろから危険に対する対処方法を学んでおくことが大切です。

また、服薬をしている方も多く、薬の種類によっては動作が緩慢になる、立ちくらみ、ふらつき、眠気、日焼け、動悸などが現れることがありますので注意が必要となります。

- ・注意すべき動植物

ハチ、マムシ、ヤマカガシ、ムカデ、イラガ（幼虫）、ウルシなど

- ・注意すべき農機具

鎌、剪定バサミ、刈払機、耕耘機、管理機、トラクターなど

- ・その他

熱中症、骨折など

トゲ（ナス、オクラ、ユズなど）



支援のポイント

- ・作業前は必ず体調（眠気、ふらつき、震え、だるさ）を確認します。いつもと違うと感じたら、農業機械の操作は控えます。
- ・定期的に応急手当の訓練を行います。また、イラストや図などを用いて分かりやすい応急手当マニュアルをつくり、すぐに見られる場所に掲示します。一緒に救急箱やAEDなどを配備します。
- ・薬が変わった場合は、これまでとは違った副作用が出ることが考えられます。また、薬が増えた場合は副作用が強く出ることがありますので、薬が増えたり変わったりした際には、必ず本人から必ず報告させるようにし、服薬の状態を把握します。
- ・熱中症予防として、こまめな水分補給は欠かせません。日本体育協会では、0.1～0.2%の食塩（ナトリウム 40～80mg／100ml）と糖質を含んだ飲料を推奨しています。スポーツドリンクや経口補水液の利用が手軽ですが、1リットルの水にティースプーン半分の食塩（2g）と角砂糖を好みに応じて数個溶かして自分でつくることもできます。喉の渇きを感じなくても、こまめな水分補給に心がけます。休憩時間も長めに取るようにします。
- ・日陰のない圃場では簡易テントを用意しておくとい良いでしょう。
- ・責任者（指導者）は定期的に救命講習に参加し、応急手当や救命の知識と技術を高めておくことが大切です。

※安全対策については下記の農林水産省農作業安全対策のホームページを参照ください。

http://www.maff.go.jp/j/seisan/sien/sizai/s_kikaika/anzen/

8. 作業経験

農業にはルーチン化され日々同じ作業を繰り返すものから、一定期間ごとにする作業、年に一度しかない作業まで様々です。「水やり3年」と言われるように、技能が身に付くまで時間がかかる作業も多くあります。作業回数が少ない作業は知識や経験として残りにくく、経験を積むのに時間がかかるのも農業の特徴と言えます。

統合失調症の方は、初めての環境では過度に緊張して不安が高まり、作業に慣れるまでに時間がかかったり、失敗を繰り返してしまうことが多くみられます。同じ失敗を繰り返すことにより苦手意識が高まり、作業に支障が出てしまうことがあります。

また、物事を極端に解釈してしまうことがあり、「なかなかできない自分はダメだ」「大変なことをしてしまった」と過剰に受け止めてしまう傾向がみられます。経験を他の場面で活かすことが不得手な面もありますので、失敗体験も成功体験も一つの経験として次に活かせる工夫が求められます。

支援のポイント

- ・最初は簡易で責任や判断を伴わないルーチン作業から始めます。
- ・失敗を繰り返さないように、自信を持って取り組める作業から始めます。
- ・本人の習熟度に合わせて徐々に作業量やレベルを上げて自信をつけていくことが大切です。
- ・成功体験を増やすことが大切です。成功体験を積み重ねていくことは、仕事の定着にも繋がっていきます。
- ・失敗に対しては「それは間違っている」と否定的な表現ではなくて「こうするとよい」と肯定的な助言を行います。
- ・一年に一度の作業は知識や経験として残りにくいので、昨年教えたから出来るだろうと思わず、本人に確認しながら繰り返し指導することが失敗や怪我を防ぐ上でも大切です。
- ・うまく出来ないときには、「あわてないで」「ゆっくりでいいよ」「頑張っていますね」「次はがんばろう」などとポジティブな声かけをします。
- ・失敗を繰り返してしまう場合には、失敗を過剰に受け止めてしまわないように、失敗に至るプロセスを様々な角度から客観的に明らかにします。

※失敗に対する客観的な対応は本人が自分の性格や特徴を知る機会になり、自分に合った働き方を考えるきっかけに繋がります。

また、指導者にとっては指導のポイントを知る機会になります。

※失敗に至るプロセスを一緒に振り返ることは本人に合わせた指導マニュアルの作成に非常に役立ちます。結果的に精神障がい者の就労支援を進めていく上で、様々な場面に応じた汎用性の高いマニュアル作成にも繋がっていきます。



9. 日焼け・汚れ

農業は屋外での作業が多く、日焼けをしたり、服装が汚れることは日常的なことです。

服薬をしている統合失調症の方は、薬の副作用により太陽光に敏感になり日焼けしやすい、喉が乾きやすい傾向があります。安全に作業するためには副作用に対する知識や日焼けへの基本的な対策が重要となります。

また、汚れに敏感な方がいます。汚れが気になって作業に集中できないこともありますので、汚れへの対策は作業を安全かつ円滑に進めるためにも必要となります。

農業は食に関わる仕事です。衛生面について十分考慮しなければならない作業もあります。日焼けや汚れなどと併せて、衛生面についても十分な対処が求められます。

支援のポイント

- ・ 帽子、長袖の着用、日焼け止めクリームを使うなど日焼け防止に心がけます。
- ・ 汚れに敏感な方に対しては、園芸用の手袋やニトリルゴム製の手袋などで対応します。ニトリルゴム製の手袋は土があまり付着せず、指先にも土が入ることが少ない特徴を持っています。
- ・ 汚れが気になり作業に集中できない場合は、作業の内容を変えることも大切です。
- ・ 圃場でも手洗いができるように、持ち運びが出来るウォッシュブルタンクを準備しておきます。
- ・ 服装を指示する際、「動きやすい服装」と伝えても、何がどう動きやすいのかを判断できず、作業に適した服装を用意できない場合があります。曖昧な表現は避け、具体的に説明します。ユニフォームがある場合は、必ず試着し、体に合ったサイズを選べるようにします。
- ・ O-157 やノロウイルスなどの食中毒、鳥インフルエンザや口蹄疫、BSEなど家畜の病気、食品安全などを学ぶ機会を設けます。
- ・ 夏場はこまめな水分補給が欠かせませんが、薬の副作用で喉が渇きやすい方は水分の摂取量が多くなっています。水分の過剰摂取により血中塩分濃度が低下し、低ナトリウム血症を起こすことも考えられますので、水分の取りすぎには注意します。
- ・ 水分の摂取量が多い方は、作業開始前にトイレを済ませておくことが大切です。
- ・ 薬の副作用で便秘傾向になる方もいます。下剤を処方されている場合もありますので事前に確認をしておきます。



※低ナトリウム血症とは

血液中のナトリウム濃度が正常値以下に低下している状態をいいます。一般的な原因は下痢、心不全、腎疾患などですが、水分を必要以上に摂取したり、大量に汗をかいて体内の塩分量が不足したりすることによっても引き起こされます。吐き気、だるさ、筋肉のこむらがえりなどの症状が現れます。重症になると、脳がむくむ脳浮腫、痙攣、呼吸困難、意識障害などを起こし、最悪の場合は死に至ることもあります。

※圃場にトイレを設置すると安心して作業できますが、設置に関しては各市町村の農業委員会にご相談ください。

10. 作業環境

農業は他の職種と比べて作業環境が多様で変化が大きいのが特徴です。天候、気温（温度）、音、匂い、明るさなどの様々な条件により作業環境は変化します。また一人でする作業から他人と協力してする作業など作業形態も様々です。

近年の農業では様々な人とコミュニケーションを求められる場面も多くなってきましたが、統合失調症の方は、対人関係に不安を感じている人が多く、コミュニケーションが苦手な傾向があります。接客など他人と接する仕事や集団での作業に不安や抵抗を抱いている人がみられます。一人での作業を好み、休憩時の雑談などを負担に感じる人も多いようです。

統合失調症の方は、初めての環境では不安や緊張が高く、刺激に対して敏感で疲れやすい傾向があります。環境に慣れるまで時間がかかりますので、慣れるまでは自分のペースで落ち着いて作業ができる環境をつくることが大切となります。また、環境が突然変わると不安や混乱を生じ、体調を崩す原因ともなりますので、環境の変化には注意が求められます。

支援のポイント

- ・作業に集中して取り組めるような環境をつくることです。
- ・環境に慣れるまでは少ない作業量、作業日数から始め、徐々に量、日数を増やしていきます。
- ・作業時間についても同様に、短時間から始め、環境に慣れてきたら徐々に時間数を増やしていきます。
- ・作業環境を変える場合は、段階的に行っていきます。
- ・作業しにくい環境でも我慢してそのまま作業を続けることがあります。その場で本人に確認しながら作業環境を整えていくことも大切です。
- ・一人で落ち着いて休憩できる休憩場所の確保も必要です。
- ・対人関係の苦手な方には、無理にコミュニケーションを求めないことが求められます。徐々に自然な会話が増えてくることを待つぐらいの気持ちのほうが本人にとっても指導者（責任者）にとってもストレスになりません。
- ・作業に慣れてきたら個別作業から徐々に共同作業への参加も促していきます。
- ・共同作業は作業者同士の連帯感を養うためにも大切です。個別の作業でも時には場を共有することも必要です。
- ・本人のやる気を評価しながら、慌てず、焦らず、諦めずに、落ち着いて仕事を進めていくことが求められます。



※仕事をする上での3つの『あ』とは？

- ① 慌てず
- ② 焦らず
- ③ 諦めず

お互いの合言葉として使ってみましょう。

1 1. 農薬の使用

農薬による健康や環境などへの影響が社会問題になったことから、農薬に対して不安や拒否感、嫌悪感を抱く人が多くみられるようになりました。

農薬は使用方法（使用作物、使用時期、使用回数など）が農薬ごと決められており、適切に使用すれば人体や環境への影響はほとんどありません。しかし、使い方を誤ると人体、環境、社会などに大きな影響をもたらすのも事実です。農薬に対して正しい知識を持つこと、正しい使い方を身につけることが重要となります。

統合失調症の方は、農薬の体への影響を過度に心配して不安になったり、厳重な取り扱いや保管を重荷に感じ、農薬の使用が大きな精神的ストレスになってしまうことがありますので、精神的な負担を和らげることが求められます。

支援のポイント

- ・ 農薬の基礎知識、使用方法、管理方法を学びます。
- ・ 危険性に関しては、強く伝えると怖さだけが残ってしまいがちなので、どのように使用すれば安全なのか（安全装備をする、体調が良くないときは使用しないなど）を具体的に伝えます。
- ・ 正しい知識を身につけることは、不安感や嫌悪感の解消につながります。
- ・ 使用する際は、長袖、眼鏡、手袋、マスク等を必ず着用します。
- ・ 作業前には体調（ふらつき、眠気、気分など）を必ず確認します。体調が良くない場合は、使用は避けます。
- ・ 使用後はうがい、手洗い、着替えなどの身辺処理を必ず行います。
- ・ 農薬の管理は雇用主（責任者）が行います。管理者が他にいることで、本人は安心して作業に取り組めます。
- ・ ストレスならないように少しずつ管理に対する意識を高めていくことが大切です。

※精神障がい者と農作業をする上で、農薬の使用や管理は敏感になってしまう部分があるかもしれません。「精神障がい者だから任せられない」「障がい者だから不安だ」など必要以上に障がい者と意識するのではなく、他の誰とも変わらぬ対応をしていただくことが、互いの信頼関係の築き、誰もが対等な立場で向き合える働きやすい職場作りにも繋がると考えられます。

※農薬とは農薬取締法第一条の二において、「農作物（樹木及び農林産物を含む）を害する菌、線虫、だに、昆虫、ねずみその他の動植物又はウイルスの防除に用いられる殺菌剤、殺虫剤その他の薬剤及び農作物等の生理機能の増進又は抑制に用いられる成長促進剤、発芽抑制剤その他の薬剤をいう。」と定義されています。農薬の使用については省令によって定められています。適正な使用が求められますので、詳しくは農林水産省農薬コーナーのホームページをご参照ください。

<http://www.maff.go.jp/j/nouyaku/index.html>



1 2. 就業時間の不確定さ

農業はその時々での作業の進み具合によって休憩や昼食などの時間が変更される場合があります。季節によって繁忙期、農閑期があり、繁忙期には早朝や夜間の作業、農閑期には就業時間の短縮などが考えられます。

統合失調症の方は、体調の不安定さが強くみられます。朝は良いけど午後は悪いとか、今日は良いけど明日は悪いとか、日、週、月によって調子に波がある人が多くみられます。睡眠不足や生活リズムの乱れは体調を崩す原因となります。また、作業時間が日ごとに変わると、とても不安になりますので、就業日や就業時間は不規則にならないようにすることが大切といえます。

また、服薬している方や通院している方もいますので、安心して服薬や通院が出来るような日程と時間の管理が大切となります。

支援のポイント

- ・就業時間や就業日は不規則にならないようにします。
- ・規則正しい服薬が出来るように、服薬の時間と場所を確保します。
- ・定期的な通院が出来るように就業時間、就業日を調整します。
- ・急な変更や柔軟な対応が苦手ですので、変更が予測される場合は予め伝えておきます。
- ・自分から相談することが苦手な人も多いため、相談しやすい関係づくりや声かけが大切です。
- ・訓練や就労の初期の段階では、頑張ろうとする余り無理なスケジュールを受け入れたり、自分から提案してしまうことがしばしばみられます。無理なスケジュールは体調を崩す原因になりますので、最初は無理のないスケジュールを組むことが大切です。
- ・朝が得意な人もいれば夕方が得意な人もいます。月曜日が苦手な人もいれば得意な人もいます。その人その人の得意とする時間帯や曜日に就業時間、就業日を合わせます。作業者が複数の際には、うまく組み合わせることで無理なく安定した作業体制を確保することが出来ます。

※服薬を怠ったことが原因で病気が再燃（再発）してしまうケースも多く報告されています。薬をやめた人の再発率は服薬を続けている人の2.5倍から3倍に達するといわれています。病状が安定した時期であっても服薬の継続は非常に重要なため、規則正しい服薬が大切です。仕事中に眠気が出るのが嫌で薬を飲むことをやめてしまったという方が多いといわれていますので、そのような時には主治医と相談することも必要となります。

※定期的に通院することは、支援者との相談や仲間との情報交換の機会にもなり、体調管理について意識を高めることにも繋がります。



1 3．作業姿勢

農作業は作業内容に合わせて様々な姿勢をとります。種まきや植え付け、草取りなどの作業時には「しゃがむ」「かがむ」など同じ姿勢を長時間続ける場合があります。中腰での作業は腰や膝に大きな負担がかかります。

統合失調症の方は、自分の気持ちをうまく伝えることができず、作業しにくい姿勢でも我慢して、そのまま続けてしまうことがあります。作業に適した姿勢をつくれないと無駄な動作が多くなり、作業効率が下がる、ミスが増えるなど作業上の問題のほか、体の痛みや疲れやすいなどの身体的な問題も起こります。自発性の低下もみられることから、痛みや疲れを感じても言い出せないことがあります。また、薬の副作用で体のかたさ、手の振るえ、ふらつき、バランス能力の低下などがみられることもありますので、正しく無理のない作業姿勢は怪我を防ぐ上でも重要な要素となります。

支援のポイント

- ・補助具、作業方法、道具の配置などを工夫して、無理のない姿勢をとるようにします。

例)

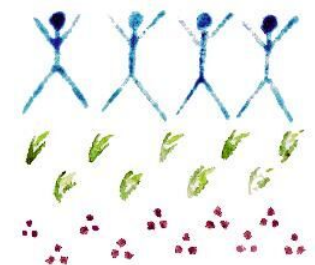
- 「膝当てを付ける」
- 「簡易イスを使用する」
- 「作業台の高さを調整する」
- 「治具を用いる」
- 「道具の配置を変える」

- ・腰や膝など体に負担のかからない動作や道具の使い方を学びます。
- ・立ち上がり時のふらつきや転倒に注意します。
- ・その場で簡単に出来るストレッチを身につけておくと疲労の軽減に役立ちます。ミスを防ぎ作業効率の向上にもつながります。
- ・同じ姿勢を取り続けると筋肉は硬くなります。一定の時間ごとに立ち上がったり身体を伸ばしたりして、同じ姿勢を取り続けることは避けます。作業姿勢に変化をつけることが大切です。

例)

- 「背伸びをして軽く体を伸ばす」
- 「首や肩を回す」
- 「膝の屈伸、アキレス腱を伸ばす」
- 「肩や腰をマッサージして筋肉の緊張を落とす」
- 「深呼吸をして精神的な緊張を軽減させる」

※他の作業員も身体が痛いことを伝え、一緒に体を動かすことは、正しい作業姿勢について確認しあえる機会にもなりとても有効です。



1 4. 農業機械の使用

農業では耕耘機、管理機、トラクター、刈払機など様々な機械を使用します。軽トラックなどの車の運転も求められます。操作や運転には視力、体力、判断力、平衡感覚など高度な心身機能を必要とします。農業機械の作業中による事故は平成23年度には1,600件発生し、うち死亡事故は188件発生しています。農業機械の使用には特に注意が求められています。

服薬による副作用で立ちくらみ、めまい、ふらつき、眠気、動作が緩慢になる、体のかたさ、手の震え、バランス能力の低下などが生じる場合があります。また、病気の影響で判断力や注意力が低下し、咄嗟の判断が苦手な傾向にあります。必ずしも車の運転や機械操作が出来ないわけではありませんが、農業機械の使用については心身の状態をしっかりと把握し、主治医と相談の上、使用が可能か慎重に判断していくことが求められます。

支援のポイント

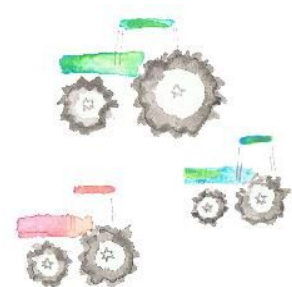
- ・操作運転のための教習は十分な時間を確保し、適正を判断します。
- ・使用が難しいと判断される場合は、理由を具体的に示します。
- ・既存の操作マニュアルをそのまま使用するのではなく、本人が理解しやすいようにマニュアルを作成し直します。注意が必要な箇所は、文字を着色したり大きくするなど目立つようにし注意を喚起します。
- ・特に重要となる機械の安全装置（例：赤いボタンを押すと緊急停止する）は繰り返し練習し、必ず操作出来るようにしておきます。
- ・間違った使い方を体験したり、トラクターや耕耘機のロータリーの回転を見せることなど機械の動作状態を確認することは、安全意識の向上につながります。その際には、専門家の指導の下、十分注意を払ったうえで行ってください。
- ・指導者（責任者）は体調（気分、痛いところ、だるさ、眠気など）を必ず確認します。使用できる機械をその時々で判断することが重要です。少しでも体調に不安があるときには、使用を避けます。チェックシートを用いると体調管理がしやすくなります。
- ・本人に使用の意思を必ず確認し、少しでも不安があるようであれば使用を控えます。
- ・指導者（責任者）は薬の副作用について知識を高めておくことが大切です。

※農業機械の安全使用については下記の農作業安全情報センターのホームページを参照ください。

<http://www.naro.affrc.go.jp/org/brain/anzenweb/>

※農業機械の危険性ばかりを伝えると、本人の不安を煽るだけになってしまいがちです。そのため、興味関心を持てるように、楽しさ、便利さ、できることが増える魅力を伝えていくことを心掛けます。何よりも、本人が「やってみたい」という意志や向上心を育むことが大切です。

※農業機械を扱えるようになることは、とても分かりやすいスキルアップとなり、自信につながります。



15. 様々な知識や能力

農業は生産、栽培に関する知識や技能だけでなく化学、気象、地質、食品製造、販売、流通、接客、経営、会計、経理、パソコン、コミュニケーションなど様々な知識や能力を必要とします。

農業においてもパソコン技能は必須といっても過言ではありません。文章作成や表計算などは必要な技能の一つといえます。メールは対人関係が苦手な人でもコミュニケーションを取れる手段の一つです。インターネットは情報収集や情報発信、販売などに欠かせないツールとなっています。

統合失調症の方は、病気の影響や薬の副作用で意欲の低下がみられます。また、自信のなさから興味や関心を広げることに抵抗を持つ人がいます。本人の気持ちを尊重しつつ、知識や技能の向上が出来るような環境を整えることが大切と言えます。知識や技能の習得、向上が自信の回復につながり、仕事へのやりがいに結びついていきます。

支援のポイント

- ・知識や技能の向上のため、新たなスキルにチャレンジできる環境や雰囲気をつくります
- ・負担にならない範囲で資格に挑戦することは、スキルアップのためだけでなく、自主性や主体性を高めるためにも大切です。
- ・情報提供や体験学習の場を設け、少しずつ興味関心の幅を広げていきます。

例)

「他の生産現場や農産物直売所を見学する」

「農業に関する資格や情報番組、雑誌を紹介する」

「農業に関する勉強会や地域行事への参加を勧める、一緒に参加する」

- ・得意な分野を速やかに把握して、伸ばしていくことが大切です。
- ・対人関係の苦手な人でも天気の話は会話のきっかけになります。気象の知識を身につけたり、天気予報を見る習慣をつけることは、コミュニケーション能力の向上につながっていきます。

※農業関連の資格

- ・農業機械士（都道府県）
- ・日本農業技術検定（日本農業技術検定協会）
- ・日本農業検定（全国農協観光協会）
- ・土壌医（日本土壌協会）
- ・農薬適正使用アドバイザー（都道府県）
- ・農薬指導マスター（都道府県）
- ・毒物劇物取扱責任者（都道府県）
- ・危険物取扱責任者（都道府県）
- ・農業土木技術管理士（土地改良測量設計技術協会）
- ・園芸福祉士（日本園芸福祉普及協会）
- ・野菜ソムリエ（日本野菜ソムリエ協会）
- ・美味安全野菜栽培士（日本園芸協会）

ほか



～発達障がい編～

◆発達障害とは

発達障害とは

発達障害者支援法において、「発達障害」は「自閉症、アスペルガー症候群その他の広汎性発達障害、学習障害、注意欠陥多動性障害、その他これに類する脳機能障害であってその症状が通常低年齢において発現するもの」（発達障害者支援法における定義 第二条より）と定義されています。

これらのタイプのうちどれにあたるのか、障害の種類を明確に分けて診断することは大変難しいとされています。障害ごとの特徴がそれぞれ少しずつ重なり合っている場合も多いからです。また、年齢や環境により目立つ症状がちがってくるので、診断された時期により、診断名が異なることもあります。

発達障害の分類

発達障害者支援法における、「発達障害」の分類は以下の症名のもので、その症状が通常低年齢において発現するものを指します。

・自閉症

自閉症は、次の3つの特徴をもつ障害で、3歳までには何らかの症状がみられます。

- (1) 対人関係の障害
- (2) コミュニケーションの障害
- (3) 限定した常同的な興味、行動および活動

・アスペルガー症候群その他の広汎性発達障害

アスペルガー症候群は、対人関係の障害があり、限定した常同的な興味、行動および活動をするという特徴をもつ、自閉症と共通した障害です。もともとアスペルガー症候群は「知的障害がない自閉症」とも言われており、自閉症との違いが必ずしも明確ではありませんでした。そのため、広汎性発達障害全体を連続体(スペクトラム)としてとらえる概念が提唱されてきました。米国精神医学会が定めた精神医学の世界的な診断基準「DSM」が、2013年5月に19年ぶりに改訂され、自閉症やアスペルガー障害などを包括的に「自閉症スペクトラム障害(ASD)」と定義しました。このため「アスペルガー症候群」の分類名が消える見通しとなっています。その他の広汎性発達障害には、レット障害、小児期崩壊性障害、特定不能の広汎性発達障害があります。

・学習障害 (LD : Learning Disorders または Learning Disabilities の略)

全般的な知的発達に遅れはないのに、聞く、話す、読む、書く、計算する、推論するなどの特定の能力を学んだり、おこなったりすることに著しい困難がある状態をいいます

・注意欠陥多動性障害 (AD/HD : Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder の略)

注意持続の欠如もしくは、その子どもの年齢や発達レベルに見合わない多動性や衝動性、あるいはその両方が特徴です。この3つの症状は通常7歳以前にあらわれます。

- (1) 多動性 (おしゃべりが止まらなかったり、待つことが苦手であらうろする)
- (2) 注意力散漫 (うっかりして同じ間違いを繰り返してしてしまうことがある)
- (3) 衝動性 (約束や決まり事を守れないことや、せっかちでいらいらすることがよくある)

一般的に多動や不注意といった様子が目立つのは学齢期ですが、思春期以降はこういった症状が目立たなくなるともいわれています。

- ・その他これに類する脳機能障害

例えば、脳機能障害に起因する協調運動障害等も発達障害支援法に含まれます。

発達障害者の状況

- ・自閉症

約 500 人に 1 人いると言われ、症状が軽い人達まで含めると、約 100 人に 1 人いると言われています。性別では男性に多く、女性の約 4 倍の発生頻度です。自閉症者の近親者では、発生頻度が約 5～10 倍であることが知られています

- ・アスペルガー症候群

狭い意味でのアスペルガー症候群は約 4000 人に 1 人と言われています。しかし、知的な遅れがなくことばの流暢な非定型自閉症の人々も含めた広い意味での「アスペルガー症候群」の発生頻度は、自閉症よりも多いことが知られています。性別では男性に多いのですが、女性でも診断につながらずに対人関係の悩みを抱えている人々は、これまで考えられていたよりは多いことが分かってきています。

- ・学習障害

発達性ディスレクシア（小児期に生じる特異的な読み書き障害）の発生頻度は、2002 年に小中学校教師を対象とした大がかりな調査の結果、学習面単独で著しい困難を示す児童生徒は 3.3%存在することが示されています。

- ・注意欠陥多動性障害

注意欠陥多動性障害の有病率は報告によって差がありますが、学齢期の小児の 3～7%程度と考えられています

アスペルガー症候群とは

アスペルガー症候群は、広い意味での「自閉症」の 1 つのタイプです。最初に症例を報告したハンス・アスペルガーというオーストリアの小児科医の名前にちなんでつけられました。アスペルガー症候群は、自閉症の 3 つの特徴のうち、対人関係の障害と、パターン化した興味や活動の 2 つの特徴を有し、コミュニケーションの目立った障害がないとされています。言葉の発達の遅れがないというところが自閉症と違うところです。知的発達に遅れのある人はほとんどいません。

広い意味でのアスペルガー症候群

高機能自閉症、非定型自閉症などは、厳密にはアスペルガー症候群と区別されますが、「知的発達に明らかな遅れがないが、自閉症の特徴を有している」という点では共通しています。そのため、一般的には「アスペルガー症候群」は、それらの人たちも含めて、広い意味で使用される傾向があります。また、「高機能」というのは「知的発達に明らかな遅れがない」ことを表し、自閉症状の程度（現れ方）とは無関係な用語です。「高機能」でも自閉症状の強い人々もいますので、決して支援が少なくないわけではなく、個人にあった支援が必要です。

アスペルガー症候群の特徴

「表情や身振り、声の抑揚、姿勢などが独特」、「親しい友人関係を築けない」、「暗黙のルールが分からない」、「会話で、冗談や比喻、皮肉が分からない」、「興味の対象が独特で変わっている（特殊な物の収集癖があるなど）」「身体の使い方がぎこちなく不器用といった」特徴があります。

幼児期のアスペルガー症候群の特徴

アスペルガー症候群の子どもは、言語や知能の発達に遅れがないため、これまで幼児期に気づかれることがあまりありませんでした。しかし近年では、幼児期にみられる特徴が少しずつわかってきました。ひとり遊びを好む、人とするごっこ遊びが広がりにくい、同じ遊びを繰り返す傾向が強い、行動がパターン化し融通がきかない、などです。保育園や幼稚園では、他の子どもにあまり関心がない、集団で遊ばない、などの特徴がみられます。

このような子どもは集団生活ではストレスをためやすいので、できる限り早期から、子どもの特徴を理解し、その子どもにあった支援を専門家に相談して、家庭や地域と連携して行うことは、子どもが安心して力を伸ばしていくことにつながります。

アスペルガー症候群の発生頻度

狭い意味でのアスペルガー症候群は約 4000 人に 1 人とされています。しかし、知的な遅れがなくことばの流暢な非定型自閉症の人々も含めた広い意味での「アスペルガー症候群」の発生頻度は、自閉症よりも多いことが知られています。

性別では男性に多いですが、女性でも診断につながらずに対人関係の悩みを抱えている人々は、これまで考えられていたよりは多いことが分かってきています。

アスペルガー症候群の原因と治療

アスペルガー症候群の原因はまだ特定されていませんが、多くの遺伝的な要因が複雑に関与して起こる生まれつきの脳の機能障害が原因と考えられています。胎内環境や周産期のトラブルなども、関係している可能性があります。親の育て方が原因ではありません。

現代の医学の治療では、根本的な原因を治療する事はまだ不可能ですが、彼らは独特の仕方でも事を学んでいくので、個々の発達ペースに沿った療育・教育的な対応が必要となります。かんしゃくや多動、こだわりなど、個別の症状は薬によって軽減する場合があります。信頼できる専門家のアドバイスをもとに、状態を正しく理解し、個々のニーズに合った適切な支援につなげていく必要があります。乳幼児期から始まる家庭療育、学校教育、そして就労支援へと、ライフステージを通じたサポートが、生活を安定したものにすると考えられています。

◆支援のポイント

アスペルガー症候群の方を対象に、農業による就労支援を行う際に大切となる支援のポイントを農業（農作業）の特徴ごとに記します。農業の特徴と障がい特性との関係は「農業の特徴と障がい特性との関係」（1 頁）にとりまとめているので、ご参照ください。また、今後自閉症やアスペルガー障害など「広汎性発達障害」とよばれていたものが、「自閉症スペクトラム障害」というひとつの診断名に統合されることになっています。

1. 道具の使用

農業では多種多様な道具を使用します。普段聞きなれない名前の道具も多く、使い方も様々です。土を掘り起こして耕す、土をならす、畝をつくるといった作業では比較的重量のある道具を使い、大きな動作が求められ、全身の運動能力や筋力、持久力などを必要とします。種まき、植え付け、草取りなどの作業では比較的軽量の道具を使い、注意力、集中力、巧緻性が必要となります。

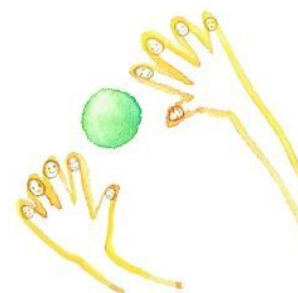
アスペルガー症候群の方は、体の固さ、手先の不器用さやぎこちなさ、運動が苦手などの特徴があります。そのため、道具の使用には時間をかけた練習が必要となります。また、片付けが苦手な人もいますので、そのような人には道具の収納、保管に工夫が求められます。

支援のポイント

- ・最初はぎこちない使い方であっても時間をかけて練習することで技能は身に付いていきます。一度に複数の道具を習得しようとせず、一つ一つ焦らず身につけていくことが大切です。
- ・正しい姿勢や体の使い方を身につけることから始めます。
- ・言葉や手本を示すだけでは技能を習得しにくいので、動作と一緒に確認しながら指導することが必要です。
- ・作業の途中で道具が壊れたり動かなくなったりすると混乱してしまうことがあります。使用前には必ず点検や動作確認をします。
- ・自分のペースで使用できるように、ゆとりをもった時間設定が必要です。
- ・使用した道具は自分で管理するようにします。使用後は汚れを落とし、決められた場所に収納、保管します。一目で分かるように、ラベルや収納の状態が分かるイラストや写真を貼るなどの工夫も大切です。

※重量のある道具を使いダイナミックな動作が必要な作業は、運動能力、筋力、耐久力を強化し関節の可動範囲や下肢の支持性、バランス能力、目と手の協調性などを向上させます。

※軽い道具を使い小さな動作の作業は、目と手の協調性、上肢・下肢の筋力や巧緻性などを向上させます。



2. 多様な作業内容

「植物の生長過程に合わせた作業内容」「栽培品目ごと異なる作業手順」「季節ごとに変わる作業内容」など農業には様々な作業や作業手順があります。一日のうちでも、午前と午後、数時間単位で作業内容が異なることもあります。

アスペルガー症候群の方は、複数の物事を同時に理解することが苦手です。そのため、一度に複数の作業を指示してしまうと混乱してしまい、簡単な作業の手順が覚えられなかったり、手順を忘れミスを繰り返したりしてしまうことがあります。また、物事の全体像を把握することも苦手なため、要点を捉えることが出来ず、自分で優先順位をつけ段取りを考えて作業することが難しいといえます。また、耳で聞いただけでは、内容を理解することが苦手な人もいます。そのため、作業の指示や説明は本人が理解しやすい方法で行うことが求められます。

※支援のポイント

- ・「いつまでに」「どのようなやりかたで」「何をするのか」「終わったらどうするのか」などをはっきり伝えます。ただし、情報が多いと混乱してしまいますので、要点を絞り簡潔に分かりやすく伝えます。
- ・言葉だけでなく、文字、イラスト、図などを用いて、本人が理解しやすい方法を選ぶことが大切です。実際に手本を示しながら説明することも必要です。
- ・複数のことを同時に理解することが苦手ですので、一つの作業が完了してから次の作業を指示します。
- ・熟練者にとっては一つの作業と思えるものでも、幾つかの工程から成り立っています。一工程ごとに作業分解し、作業手順を指示します。
- ・複数の作業者に同時に説明や指示する際には、全体での説明に加えて、個人個人に改めて指示することが大切です。
- ・作業場と作業内容の意味を一致させることも必要です。その場に行けば作業内容がわかるようにし、作業に関係ないものは片付けます。
- ・本人の理解度に応じて手助けをしながら作業します。本人が一人で出来るようになったら、作業を任せるようにします。
- ・関心の偏りがひどく、作業を拒否する場合は、その作業は無理強いしないことが重要です。
- ・作業手順を簡潔に記した作業手順書を作成し、いつでも確認できるように見やすい場所に掲示しておきます。一度理解した手順に固執することがあるので、誤った手順を示さないためにも作業手順書は有効です。

※様々な作業工程は、農業への関心や植物に対する興味を深めるきっかけとなります。



3. 判断基準の曖昧さ

農業は製造業など他の業種と比べて判断基準が曖昧な場合があります。「たっぷり」「適当に」「ほどほど」「このくらい」など作業中よく使う言葉です。水やりのタイミングや量、肥料の散布時期、収穫の判断、除草のタイミングなど判断基準が曖昧や不明確な作業では、判断に戸惑うことがあります。

アスペルガー症候群の方は、曖昧な表現を理解することが苦手です。水やりの際に「土の表面が乾いたら、たっぷりあげる」と指示してしまうと、土がどのくらい乾いたら水をあげるのか、土の乾き具合で水の量を変えるのか、どのくらいあげればいいのかなど判断に困ることが多くみられます。曖昧な表現は本人の混乱を招き、ミスの発生や作業効率の低下を招きます。曖昧な表現は避け、具体的に指示することが大切となります。

支援のポイント

- ・分かりやすい言葉で具体的に説明します。具体的な指示は理解しやすく、正しい判断に繋がります。間違った判断を防ぐためにも、具体的な指示は重要です。

例)

「この辺で切る」× → 「この位置で切る」○

「この位入れる」× → 「この線まで入れる」○

「〇〇〇g 前後」× → 「△△△g から□□□g まで」○

- ・定規、秤、模型、治具、見本、実物などを用いて実際にやってみせながら説明します。
- ・指示する際は、重要な部分をキーワード化して説明すると理解しやすくなります。

例)

「いつまでに」

「何を」

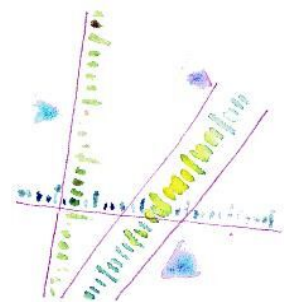
「どうするのか」

「誰に」

「いくつ」

「どこへ」

- ・一緒に確認しながら復唱することは判断の助けになります。
- ・作業中、判断が間違っていないか定期的に確認することはミス防ぐ上で大切です。



4. 変化への対応

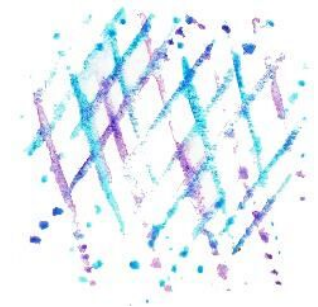
農業はその日の天候や圃場の状態などで予定していた作業を急遽変更しなければならないことがあります。一日のうちでも午前と午後、作業が終わるごとなど、作業内容が時間単位で変わることもあります。作業内容の変更に合わせて作業環境や作業手順、作業時間も変わるため、変化への対応が様々な形で求められます。

アスペルガー症候群の方は、急な変更が苦手なことで臨機応変な対応が得意ではありません。一度覚えた手順に固執する傾向があり、周囲の状況を察して行動することも苦手です。そのため、指示されたこと、やり慣れたことは出来ますが、その場の状況を判断して行動することは難しいと言えます。

見通しが立っていると安心して実力を出せますが、急な変更に不安、混乱、緊張、あせりを生じますので、変更が生じた場合は変更内容を整理して分かりやすく説明することが求められます。

支援のポイント

- ・ 予定に変更があった場合は、速やかに伝えます。変更は「時間なのか」「場所なのか」「どの作業なのか」「代わりにどの作業を行うか」など具体的に分かりやすく伝えます。
- ・ 言葉だけでなく、ホワイトボードなどを用いて視覚的に理解出来るようにします。
- ・ 「雨天の場合は作業内容を〇〇〇に変更します。」「畑の状態によっては作業を〇〇〇に変更することがあります。」などあらかじめ変更内容を伝えておき、急な変化に対応できるようにします。
- ・ 天気予報を見る習慣をつけます。天候の変化を予め知っておくことで、天候による変更への対応に備えることができます。
- ・ 一日の作業内容を一度に説明することは避けます。午前は午前、午後は午後など作業時ごとに説明することで、大きな変化を回避することができます。
- ・ 変更した作業を行う際には、指示者と本人と一緒に作業することが安心感につながります。
- ・ 変更に不安を抱いているようであれば、無理に対応させないようにします。



5. 体力

農業では一定の体力、腕力や筋力、持久力などを必要とします。一日を通して屋外で作業することもありますので、肉体的な負担が大きいのが農業の特徴です。

誰でも体が疲れてくると、注意力、集中力、判断力の低下を招きます。アスペルガー症候群の方は、疲労によりこれらの能力が極端に低下する場合があります。その結果、ミスの増加、作業の遅れ、怪我の発生といった悪影響がでます。疲れていても自分から言い出せずに休憩をとることが苦手な人もいます。また、疲労を自覚しにくい人もいるため疲労のサイン（姿勢のみだれ、あくび、ため息、居眠り、瞬き、目をこする、足を揺する、独り言など）を見逃さないようにします。定期的な休憩、必要に応じた小休止が大切となります。

支援のポイント

- ・体力に不安がある場合は、体力に合わせて少ない作業量、作業時間から始めます。少しずつ量、時間を増やししながら、体を慣らしていきます。
- ・作業日数についても同様に、少ない日数から始め、体力がついてきたら徐々に作業日数を増やしていきます。
- ・作業開始時には、その日の体調を確認します。体調に合わせて作業内容や作業量を調整することも大切です。
- ・作業終了時には、ふりかえりを行い疲れ具合を確認し合います。
- ・疲労を自覚できず自分から休憩をとることが苦手な人もいますので、定期的に休憩をとります。
- ・定期的に声かけし疲労のサイン（姿勢のみだれ、あくび、ため息、居眠り、瞬き、目をこする、足を揺する、独り言、ミスの増加、作業の遅れなど）を見逃さず、兆候が見られた時には速やかに休憩を促します。
- ・作業開始および終了時、休憩時には簡単な体操やストレッチを行うとよいでしょう。体の可動域を広げ柔軟性を高めることは疲労の軽減に役立ちます。
- ・冬季や農閑期などは作業量が減り体力の低下につながります。対策として、スクワット（下半身の筋力の維持強化）、ストレッチ（可動域の維持向上）などを行なうのもよいでしょう。



6. ペース配分・休憩

農業では作業量に応じて、作業のペースや休憩のタイミングなどを自分の判断で行うことがあります。休憩時間が定められておらず、作業の進み具合に合わせて休憩をとることもしばしばあります。

アスペルガー症候群の方は、作業のペースを作業量に応じて自分で調整すること、優先順位をつけて作業することが苦手です。そのため、どの順番で作業すればよいか、どれくらいのペースで作業するのかを決められず、混乱、不安、あせりを生じることがあります。また、自分の考えや感情、要求をうまく伝えられなかったり、行動を切り替えののが苦手で休憩を自分からとるのが難しい人がいます。

オーバーワークは注意力、判断力、集中力を低下させ、ミスの増加、怪我の発生、作業の遅れなどを招きます。休憩のタイミングや回数、作業量、ペース配分は特に注意が求められます。また、正確に作業しようとするあまり、慎重になりすぎて作業が遅くなることがあります。どのような理由で作業が遅れているのかを判断し対応することが求められます。

支援のポイント

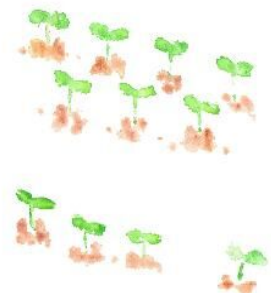
- ・自分から休憩をとることが難しい人がいますので、定期的に声かけし、疲れのサイン(ミスの増加、作業が雑になる、作業ペースの遅れなど)を見逃さず、兆候が見られた際には、速やかに休憩をとります。
- ・休憩時間は、「10 分間」とか「何時何分まで」と具体的に決めると安心して休憩できます。

例)

「目印まで苗を植えたら、5 分休憩」

「作業の途中でも、3 時から 3 時 15 分まで休憩」

- ・人と一緒に休憩をとることが苦手な人もいます。本人に合わせた休憩の取り方が求められます。
- ・最初は本人と相談しながらペースや休憩のタイミングを決めると無理なく作業ができます。
- ・注意力、判断力、集中力が続かない場合は休憩の回数を増やす、作業時間を短くするなどの対応をとります。
- ・正確に作業しようとするあまり慎重になりすぎて作業が遅くなることもありますので、作業が遅れている場合はその原因を判断します。慎重になりすぎている場合は作業手順を変更したり、出来る範囲で作業基準を緩めたりするとよいでしょう。



7. 危険への対処

有毒動植物、危険動物、熱中症、農具や農業機械の取り扱いなど農業には様々な危険が潜んでいます。平成23年度には農作業中の負傷事故が3,877件（うち死亡事故は238件）発生しており、農作業中の安全対策が求められています。

アスペルガー症候群の方は、注意欠陥多動性障害を併せ持つ人もいます。不注意（集中できない）、多動・多弁（じっとしてられない）、衝動的（考えるよりも先に動く）などの特徴があり、小さな虫、鳥の声、飛行機の音などが気になって、作業に集中出来なくなる場合もあります。集中できる環境を作ることが危険への対処の第一歩です。

逆に感覚が鈍感な人もいます。怪我をしても気づかないことも考えられますので、そのような人には特に注意が求められます。

自然条件に左右される農作業は「昨日が安全でも今日は安全とは限らない」「今は安全でも5分後が安全とは限らない」ことを忘れずに、安全には十分な対策を講じます。

支援のポイント

- ・作業前は必ず体調の確認を行います。いつもと違うと感じたら、農業機械の操作は控えます。
- ・農具、農業機械の使用には、事前に十分な訓練を行います。
- ・定期的に応急手当の訓練を行います。イラストや図などを用いて分かりやすい応急手当マニュアルをつくり、すぐ見られる場所に掲示しておきます。
- ・多動や衝動的な行動で怪我をしないように使わない道具はこまめに片づける習慣を身につけます。
- ・注意すべき動植物として、ハチ、マムシ、ヤマカガシ、ムカデ、イラガ（幼虫）、ウルシ、トゲがある植物（ナス、オクラ、ユズ等）などを学ぶ機会を設けます。同時に、危険な動植物が潜んでいる場所を事前に伝えることも大切です。
- ・熱中症の予防のために、作業場所への飲料水の持参とこまめな水分補給は欠かせません。日本体育協会では、0.1～0.2%の食塩（ナトリウム40～80mg/100ml）と糖質を含んだ飲料を推奨しています。スポーツドリンクや経口補水液の利用が手軽ですが、1リットルの水、ティースプーン半分の食塩（2g）と角砂糖を好みに応じて数個溶かして自分でつくることもできます。喉の渇きを感じなくても、こまめな水分補給に心がけます。
- ・日陰のない圃場では簡易テントを用意しておくといでしょう。
- ・責任者（指導者）は定期的に救命講習に参加し、応急手当や救命の知識と技術を高めておくことが大切です。

※安全対策については下記の農林水産省農作業安全対策のホームページを参照ください。

http://www.maff.go.jp/j/seisan/sien/sizai/s_kikaika/anzen/



8. 作業経験

農業にはルーチン化され日々同じ作業を繰り返すものから、一定期間ごとにする作業、年に一度しかない作業まで様々です。「水やり3年」と言われるように、技能が身に付くまで時間がかかる作業も多くあります。作業回数が少ない作業は知識や経験として残りにくく、経験を積むのに時間がかかるのも農業の特徴と言えます。

アスペルガー症候群の方は、慣れるのに時間がかかります。ミスを自分で修正することができず、失敗を繰り返してしまうことがあります。同じ失敗を繰り返すことにより自信を失ってしまいますので、自信を持って取り組める作業から段階的に技能を習得できるようにし、成功体験を増やすことが大切となります。

支援ポイント

- ・話を聞きながらメモをとるのは苦手です。言葉だけでなく、文字やイラストを用いて説明することが大切です。
- ・初めての作業の際には、必ず手本を示し、指導者と一緒に作業することから始めます。慣れるまで時間がかかる場合もありますが、慣れるまでは一緒に作業し、慣れてきたら一人で作業するようにします。
- ・作業方法は理解できても、技能がなかなか身に付かない場合があります。手本を示しながら繰り返し指導することが必要です。
- ・失敗に対しては「それは間違っている」と否定的な表現ではなく、「こうするとよい」などとポジティブな助言が必要です。
- ・失敗したらその理由を指導者と一緒に考えることがミスの軽減につながります。
- ・本人の習熟度に合わせて徐々に作業量やレベルを上げて自信をつけさせていくことが大切です。
- ・成功体験を積み重ねていくことが自信につながり、就労意欲の向上にも結びつきます。



9. 日焼け・汚れ

農業は屋外での作業が多く、日焼けをしたり、服装が汚れることは日常のことです。

アスペルガー症候群の方の中には日焼けや汚れに敏感な人がいます。清潔が保たれないと不安になる方もいます。逆に鈍感な人もいます。感覚の特徴はひとりひとり違うので、その人の特徴を知って対応することが求められます。

農業は食に関わる仕事でもあります。O157やノロウイルスなど衛生面についても十分考慮しなければならない作業もあります。衛生面について学習する機会を設けることも大切となります。

支援のポイント

- ・ 帽子、長袖の着用、日焼け止めクリームを使うなど日焼け対策をしっかり行います。
- ・ 帽子は視界が狭まることがあるので、狭い場所での作業の際には死角が出来るように注意します。
- ・ 汚れに敏感な人に対しては、手袋の使用を薦めます。ただし、夏期での長時間の使用は、体温の上昇を招き、熱中症や体力の消耗にもつながるので長時間の使用は避けます。
- ・ 汚れが気になり作業に集中できない場合は、作業の内容を変えることも大切です。
- ・ 服装を指示する際、「動きやすい服装」と伝えても、何がどう動きやすいのかを判断できず、作業に適した服装を用意できない場合があります。曖昧な表現は避け、具体的に説明します。ユニフォームがある場合は、必ず試着し、体に合ったサイズを選べるようにします。
- ・ 圃場でも手洗いができるように、持ち運びが出来るウォッシュブルタンクを準備しておきます。
- ・ 日焼けや汚れに鈍感な人もいますので、日焼けの危険性を説明し、帽子、長袖の着用、手袋の使用を指導します。
- ・ 石けんやアルコール消毒液を用意し、しっかり手洗いや消毒ができるようにします。清潔が保てると安心できます。
- ・ 衛生面については、正しい手洗いや清潔な服装を心掛けます。O157やノロウイルス、食中毒などの予防対策について学ぶ機会を設けるとよいでしょう。



10. 作業環境

農業は他の職種と比べて作業環境が多様で変化が大きいのが特徴です。天候、気温（温度）、音、匂い、明るさなどの様々な条件により作業環境は変化します。また一人でする作業から他人と協力してする作業など作業形態も様々です。

アスペルガー症候群の方は、音や匂い、気温の変化、明るさなどに対して敏感な人がいます。周囲の音や声に注意が向いて落ち着かず、集中力や注意力が低下することがみられます。「蚊が一匹飛んでいる」「飛行機が通過した」というだけで注意がそちらに向いてしまい、作業に集中できなくなることがあります。また、人との付き合いが苦手な一人での作業を好む方がいます。その人その人に合った作業環境を整えることが大切となります。

支援のポイント

- ・何に対して敏感かを把握し、作業に集中して取り組めるような環境をつくることです。
- ・作業しにくい環境でも、そのまま作業を続けることがあります。やりやすいか、やりにくいかなその場で確認して、本人がやりやすいように改善していきます。
- ・一人で落ち着いて休憩できる休憩場所の確保も必要です。
- ・作業環境が急に変わると混乱や不安を生じますので、作業環境を変える場合、段階的に行っていくことが大切です。
- ・暗黙のルールや場の雰囲気を理解することが難しいといえます。日頃意識していない暗黙のルールを洗い出し、暗黙を明確にして作業環境を整えます。
- ・夏期は熱中症のリスクが高まりますので、一人での作業は避けるようにします。



※蚊が体の回りを飛んでいるのを気にして、作業に集中できないことがありました。

1 1. 農薬の使用

農薬による健康や環境などへの影響が社会問題になったことから、農薬に対して不安や拒否感、嫌悪感を抱く人が多くみられるようになりました。

農薬は使用方法（使用作物、使用時期、使用回数など）が農薬ごと決められており、適切に使用すれば人体や環境への影響はほとんどありません。しかし、使い方を誤ると人体、環境、社会などに大きな影響をもたらすのも事実です。農薬に対して正しい知識を持つこと、正しい使い方を身につけることが重要となります。

支援のポイント

- ・ 農薬の基礎知識、使用方法、管理方法を学びます。
- ・ 使用する際は、長袖、眼鏡、手袋、マスク等を必ず着用します。
- ・ 化学物質過敏症などがある人は農薬に対してアレルギー反応を起こす場合がありますので、使用の際には必ずアレルギーの有無を確認します。
- ・ 作業前に、体調（気分、眠気など）をチェックします。体調が良くない場合は、使用は避けます。
- ・ 使用後はうがい、手洗い、着替えなどの身辺処理を必ず行います。
- ・ 農薬の管理は原則雇用主（責任者）が行いますが、管理に対する意識を高めることは大切です。

※農薬とは農薬取締法第一条の二において、「農作物（樹木及び農林産物を含む）を害する菌、線虫、だに、昆虫、ねずみその他の動植物又はウイルスの防除に用いられる殺菌剤、殺虫剤その他の薬剤及び農作物等の生理機能の増進又は抑制に用いられる成長促進剤、発芽抑制剤その他の薬剤をいう。」と定義されています。農薬の使用については省令によって定められています。適正な使用が求められますので、詳しくは農林水産省農薬コーナーのホームページをご参照ください。

<http://www.maff.go.jp/j/nouyaku/index.html>



1 2. 就業時間の不確定さ

農業はその時々作業の進み具合によって休憩や昼食などの時間が不規則になることがあります。また、季節によって繁忙期、農閑期があり、繁忙期には早朝や夜間の作業、農閑期には就業時間の短縮なども考えられます。

アスペルガー症候群の方は、急な変更や柔軟な対応が苦手です。時間に変更がある場合には事前に伝えることが大切となります。また、考えや行動を切り替えるのが苦手、自分から始める、休む、終わりにすることに苦労しがちです。作業の始まりと終わりは明確にし、スケジュールをなるべく一定にして見通しが立つようにすることが必要となります。

支援のポイント

- ・就業時間、休憩時間は一定となるようにします。
- ・就業時間が一目で分かるようにスケジュール表を作成し、見やすいところに掲示します。
- ・就業時間に変更がある場合は、早めに分かりやすく伝えます。言葉だけでなく文字、イラスト、表などを用いて視覚的に理解できるようにします。
- ・作業を始める際は、その日の作業を始めることを明確に伝えます。
- ・作業を終える際は、その日の作業を終えることを明確に伝えます。
- ・休憩の始まりと終わりを明確に伝えます。

※正確な時間にこだわる人の場合は、携帯電話をうまく活用する事例がありました。作業や休憩の開始、終了時刻を指示した際、携帯電話で正確に判断していました。



1 3．作業姿勢

農作業は作業内容に合わせて様々な姿勢をとります。種まきや植え付け、草取りなどの作業時には「しゃがむ」「かがむ」など同じ姿勢を長時間続ける場合があります。中腰での作業は腰や膝に大きな負担がかかります。

姿勢の悪さもアスペルガー症候群の方の特徴としてあげられます。また、自主的、主体的に行動することや工夫して対応することが苦手な受け身になりやすい傾向があり、作業しにくい姿勢でも我慢してそのまま続けてしまうことがあります。作業に適した姿勢をつくれず、無駄な動作が多くなることがあります。そのため作業効率が下がる、ミスが増えるなどの作業上の問題のほか、身体の痛みや疲労がたまるなどの身体的な問題も起こってきますので、正しく無理のない作業姿勢は重要な要素となります。

支援のポイント

- ・中腰など無理な姿勢での作業が続く場合は、一定の時間ごとに立ち上がったたり身体を伸ばしたりして、同じ姿勢を取り続けることは避けます。作業姿勢に変化をつけることが大切です。

例)

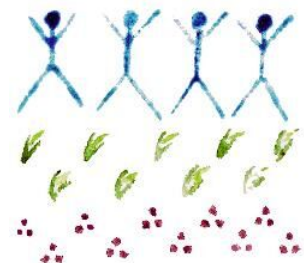
- 「背伸びをして軽く体を伸ばす」
- 「首や肩を回す」
- 「膝の屈伸、アキレス腱を伸ばす」
- 「肩や腰をマッサージして筋肉の緊張を落とす」
- 「深呼吸をして精神的な緊張を軽減させる」

- ・その場で簡単にできるストレッチは疲労の軽減に効果的です。
- ・補助具、作業方法、道具の配置などを工夫して、無理のない姿勢をとるようにします。

例)

- 「膝当てを付ける」
- 「簡易イスを使用する」
- 「作業台の高さを調整する」
- 「治具を用いる」
- 「道具の配置を変える」

※正しい姿勢は重要ですが、無理に修正すると極端に作業効率が下がったり、不安や戸惑いを生じることがあります。姿勢が悪い場合であっても、危険性や作業性、身体的にも問題が無いようであれば、無理に修正しなくてもよいでしょう。



1 4. 農業機械の使用

農業では耕耘機、管理機、トラクター、刈払機など様々な機械を使用します。軽トラックなど車の運転も求められます。操作や運転には視力、体力、判断力、平衡感覚などの高度な心身機能を必要とします。農業機械の作業中による事故は平成23年度には1,600件発生し、うち死亡事故は188件発生しています。農業機械の使用には特に注意が求められています。

同時的、多重的な思考や判断が苦手なアスペルガー症候群の方にとっては、農業機械の操作は難しい作業の一つと言えます。全身運動の不器用さ、不注意や多動、動作がぎこちないなどの特徴もみられるため、操作には特に注意が必要となります。使用にあたっては十分に訓練を行い、適正を判断することが重要となります。

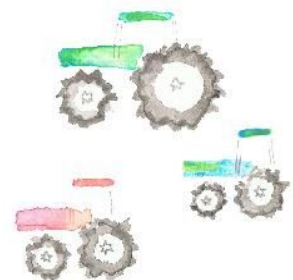
支援のポイント

- ・操作運転のための教習は十分な時間を確保し、適正を判断します。
- ・既存の操作マニュアルをそのまま使用するのではなく、本人が理解しやすいようにマニュアルを作成し直します。注意が必要な箇所は、文字を着色したり大きくするなど目立つようにし注意を喚起します。
- ・特に重要となる機械の安全装置（例：赤いボタンを押すと緊急停止する）は繰り返し練習し、必ず操作出来るようにしておきます。
- ・間違った使い方を体験したり、トラクターや耕耘機のロータリーの回転を見せることなど機械の動作状態を確認することは、安全意識の向上につながります。その際には、専門家の指導の下、十分注意を払ったうえで行ってください。
- ・指導者（責任者）は体調を把握し、使用できる機械をその時々で判断することが重要です。チェックシートを用いると体調管理がしやすくなります。
- ・使用の際は本人に使用の意思を必ず確認し、少しでも不安があるようであれば使用を控えます。

※農業機械の安全使用については下記の農作業安全情報センターのホームページを参照ください。

<http://www.naro.affrc.go.jp/org/brain/anzenweb/>

※耕耘機を使えるようになったことが自信につながり訓練意欲が高まった例があります。



15. 様々な知識や能力

農業は生産、栽培に関する知識や技能だけでなく化学、気象、地質、食品製造、販売、流通、接客、経営、会計、経理、パソコン、コミュニケーションなど様々な知識や能力を必要とします。

農業においてもパソコン技能は必須といっても過言ではありません。文章作成や表計算などは必要な技能の一つといえます。メールは対人関係が苦手な人でもコミュニケーションを取れる手段の一つです。インターネットは情報収集や情報発信、販売などに欠かせないツールとなっています。

アスペルガー症候群の方は、興味や関心に偏りがみられます。特定の分野に豊かな知識があったり、特定のこだわりや興味を持っている人がいます。好きな分野、得意な分野には才能を発揮する反面、そうでない分野には全く関心を示さないこともあります。得意な分野、興味を示す分野で才能を発揮できる環境が大切となります。

支援のポイント

- ・農業に従事するためには、幅広い知識が必要となることを伝えます。興味や関心に偏りがみられますので、情報提供や体験学習の場を設け、少しずつ興味関心の幅を広げていくとよいでしょう。
- ・得意な分野を速やかに把握して、伸ばしていくことが大切です。
- ・知識や技能の向上のため、新たなスキルにチャレンジできる環境や雰囲気をつくります。
- ・資格に挑戦することは、知識や技能の向上だけでなく自主性を高めるためにも大切です。

※栽培中の野菜が食害を受けた際、携帯電話を活用してその場ですぐに原因を調べることが出来ました。

※興味を示さなかった作業でも、何かちょっとしたきっかけで興味を持ち積極的に取り組むこともあります。

※農業関連の資格

- ・農業機械士（都道府県）
- ・日本農業技術検定（日本農業技術検定協会）
- ・日本農業検定（全国農協観光協会）
- ・土壌医（日本土壌協会）
- ・農薬適正使用アドバイザー（都道府県）
- ・農薬指導マスター（都道府県）
- ・毒物劇物取扱責任者（都道府県）
- ・危険物取扱責任者（都道府県）
- ・農業土木技術管理士（土地改良測量設計技術協会）
- ・野菜ソムリエ（日本野菜ソムリエ協会）
- ・美味安全野菜栽培士（日本園芸協会）
- ・園芸福祉士（日本園芸福祉普及協会）

ほか



参考文献

- ・就労支援ハンドブック 統合失調者を支えるために
- ・精神障害者に対する効果的な職業訓練を実施するために ～指導・支援者のためのQ&A～
- ・精神障害者相談窓口ガイドブック
- ・精神障害者雇用管理ガイドブック
- ・発達障害を理解するために 支援者のためのQ&A
- ・発達障害を理解するために2 ～就労支援者のためのハンドブック～

以上 独立行政法人高齢・障害・求職者雇用支援機構 障害者職業総合センター

- ・精神障害に対する職業訓練・指導技法等実践報告 職業訓練実践編
- ・職業訓練実践マニュアル 精神障害者編Ⅰ 発達障害者編ⅠⅡⅢ
- ・精神障害者雇用管理マニュアル
- ・新版 就業支援ハンドブック

以上 独立行政法人高齢・障害・求職者雇用支援機構

- ・知的障害・発達障害の人たちのための見てわかる社会生活ガイド集 ジアース教育新社
- ・知的障害や自閉症の人たちのための見てわかるビジネスマナー集 ジアース教育新社
- ・発達障害の人たちの支援に関わる専門家のための研修テキスト こころの発達総合支援センター
- ・平成25年度版障害者白書 内閣府

監修

小林 堯 就労訓練講師

渋谷 雅史 NPO法人土と風の舎代表理事 園芸福祉士

関谷 好久 就労継続支援B型 MINA AMIGO 精神保健福祉士

野本 武士 埼玉県園芸福祉研究会 就労訓練講師

山口 和彦 埼玉森林病院 作業療法士

挿絵

樋浦 めぐみ

平成25年度障害者就労支援事業

「農業における障がい者就労支援のためのガイドブック」（精神障がい・発達障がい編）

編集・発行 特定非営利活動法人土と風の舎
〒350-1124 埼玉県川越市新宿町 6-14-10
TEL 049-248-9485 FAX 049-248-9486
E-mail tutitokaze@arion.ocn.ne.jp
<http://www.minikuru.net/tks/>

発行日 2014年3月