

～障がい・難病をお持ちの方と一緒に働くパン屋さん～

利用者さんインタビュー



Yさん 25歳 女性
 ・うつ病、神経瘦せ症(拒食症)
 ・取得手帳:精神保健福祉手帳
2級
 ・性格:マイペース、優しい、穏やか
 ・趣味:動画視聴、ダンス(K-POP)
 ・エスプリドゥ歴:約1年半



小中学生時代: 同級生からいじめを受ける。「デブ」などと体型のことを言われ、辛い思いをした。

20歳: 短大を卒業。卒業後は介護職やデバ地下のレジ業務、カフェ店員など様々な職種を経験。

22歳: 体調を崩して休職。同時にうつ病と拒食症を発症。半年で20キロ痩せてしまう。

23歳: 精神科を受診。相性の良い担当医と出会う。本格的に治療を開始。

24歳: 症状が緩和、体調が安定したため、エスプリドゥを見学→通所開始

25歳現在: ほとんど休まずエスプリドゥに通所。食パン作成や製菓等、多くの担当作業を任せられる。

「自分を見下す心と、アイドルへの憧れが生み出した病、拒食症」

スタッフ●Yさん、今日はよろしくお願いします。早速ですがYさんの障害について教えてください。Yさん〇はい、よろしくお願います。私はうつ病と、神経性やせ症という診断を受けています。
 ●神経性やせ症というのはあまり聞かない病名ですが、どういったものなのでしょう?
 ○神経性やせ症は、一般的には拒食症と言われています。毎日の食事の量が極端に減り、半年で20kg近く痩せてしまいました。

●拒食症は特に若い女性が発症することが多いと言われていますが、拒食症になった原因やきっかけはありますか?
 ○主な原因は、小中学生の頃に受けたいじめです。クラスメイトからいじめを受け、「デブ」と言われたことがありました。そのせいで自分のことが嫌いになり、大きなトラウマになっています。

●そうすると、発症したのも小中学生の頃?
 ○いいえ、発症したのは社会人になつてからです。短大を出た後、私は介護職員として特養やデイサービスで働いていました。でも、そのころの職場での人間関係が良くなって。精神的に辛くて、仕事を辞めて休養することにしたんです。この休養期間に、本格的な拒食が始まりました。
 ●職場でのストレスと、その後働くことをお休みして時間ができたことが、発症のトリガーになったんですね。
 ○そうですね。3年前、22歳の頃に発症しました。あとは当時、K-POPにハマっていたことも関係していると思います。
 ●K-POP? そのことがどうして関係しているんですか?
 ○韓国女性のアイドル達を見てみると、彼女たちがとても輝いて見えました。細くて、可愛くて、キラキラしていて。私もそんなふうになりたいと思った。でも太つてるままだめだ、まずは痩せなきゃ! って、自分を見下してしま

う気持ちと彼女達への憧れが、食欲をどんどん減らしていったんです。
 ●それと過去のいじめのトラウマが、発症の原因になったんですね。
 ○そうだと思います。
 ●拒食症になってみて、実際どんな症状だったんですか?
 ○ほとんど食わずに過ごすので、体力がなくなつて毎日体がしんどかったです。息苦しくて辛くて。メンタルもボロボロで。後から母に「あの頃のYは全然笑顔がなかったよ」と言われました。それに急激に痩せたせいで生理も止まってしまう、3ヶ月以上こないことがありました。
 ●想像するだけで辛いですね。今のYさんは通所も安定しているし、体調も良さそうに見えます。どうやってここまで回復したんですか?
 ○回復した理由は主に2つあると思います。一つは、いい先生に出会えたことです。当時は体重への執着がすごくて、1kg増えただけで大泣きしていました。担当医に

それを告げたら、まずは体重計に乗ることをやめなさい」と具体的なアドバイスをくれました。診察もいてね、一方的な治療法ではなく一緒に改善策を考えてくれる先生です。
 もう一つは、やはり家族の支えです。どうして私はこんなにブスなの、こんな自分嫌だ」と私が自暴自棄になる度に「そんなことないよ」と母や姉が励ましてくれました。家族がいなかったら、克服できていなかったと思います。



毎週水曜日にYさんが作成する具入り食パン。あっという間にきれいな食パンが出来上がります。



●ご家族のサポートは大きいですよ。今は食べる量は普通になりましたか？ 体型はもう気にならない？

○体型はやっぱり気になりません。でも無理な食事制限はやめました。極端に食べない！ではなく1日3食はちゃんと食べて、ただカロリーは抑えた食事にするように気をつけています。

○担当の医師やご家族のサポートもあって、食べれるようになったんですね！ 回復されてからエスプリドゥに通所され始めましたが、実際エスプリドゥに通うようになってどうでした？

○なんていうか、やりがいを感じます。今は食パン作りやクッキーなどのお菓子作りを任されているんですが、それが楽しいです。お菓子作りは趣味にしようかと思って、お菓子作りの本まで買ったんですよ(笑)

●そんなにですか！ なんだか嬉しいですね。

○お菓子作りに興味はあったんですが、難しそうだなーと思つて。でもやってみたら意外とできました。エスプリドゥに通所し始めて気づいたことは、お菓子作りもそうですが、**自分製菓や製パンなどの食品を作るのが好きなんだな**ってことです。将来的にはそういった食品を作る仕事に就きたいと思うようになりました！

●エスプリドゥでの作業が、Yさんの未来のビジョンに繋がっていると思うとこちらもとても嬉しいです。最後に、これからのYさんの目標を教えてください。

○最終的な目標は、**やっぱり一般就労への再就職**です。でも焦らず、ゆつくりと目指していこうと思います。具体的には三十歳になるまでに就職できたらいいかな。家族も焦らなくていいって言ってくれているので、**無理せず自分のペースで、進んでいきたい**です。

●たくさんお話をきかせていただき、ありがとうございます。一緒にがんばっていきましょー！

用語解説

・拒食症：別名、神経性やせ症。若い女性に多く見られる摂食障害。太ることへの恐怖感から異常な食行動を続けた結果、食事を受けつけなくなる病気。体重減少や著しい痩せ、無月経、脱毛、徐脈、低血圧、骨粗しょう症などの症状が現れる。

・特養：特別養護老人ホーム。原則として65歳以上、介護保険の要介護認定「要介護3」以上の認定を受け、一人が入ることができる。

見学体験募集

～作業内容～



パン作り



お菓子作り



清掃



軽作業

～エスプリドゥの特徴～

- ☆定期的な面談による作業提供→どんな作業がしたいか、エスプリドゥで何を頑張りたいか、スタッフが一対一でヒアリングし、意見を反映した作業提供を行なっていきます。
- ☆パン屋が隣接した工房での職業訓練→自分が作ったパンが店で販売されている様子を間近で見ることができます！
- ☆ご利用者は80円で昼食購入可！
- ☆ご利用者は店舗のパンを3割引で購入可！
- ☆個別作業台での作業可→個別ブースを設置した工房もあります。



↑ブログ & Instagram更新中↓

〒132-0033

東京都江戸川区東小松川

1-13-1 1F・2F

TEL : 03-5879-4792

FAX : 03-5879-4793



- JR「新小岩駅」バス10分
- 都営新宿線「船堀駅」バス5分
- 東京メトロ東西線「葛西駅」バス15分
- 都営バス「東小松川一丁目」下車徒歩1分

他、亀戸・錦糸町・平井・一之江からも都営バス1本

お問い合わせ・見学・体験おまちしています！

