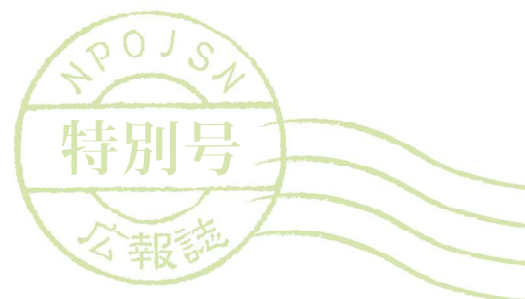


# わっと 熱人



## 第3回 JSN語り部の会 特集号 「〇〇で働き続ける私」



### 就職≠ゴール

就職はゴールではありません。  
5年後、10年後も働き続けるために、  
私たちは全力でサポートします。

NPO 法人大阪精神障害者就労支援ネットワーク





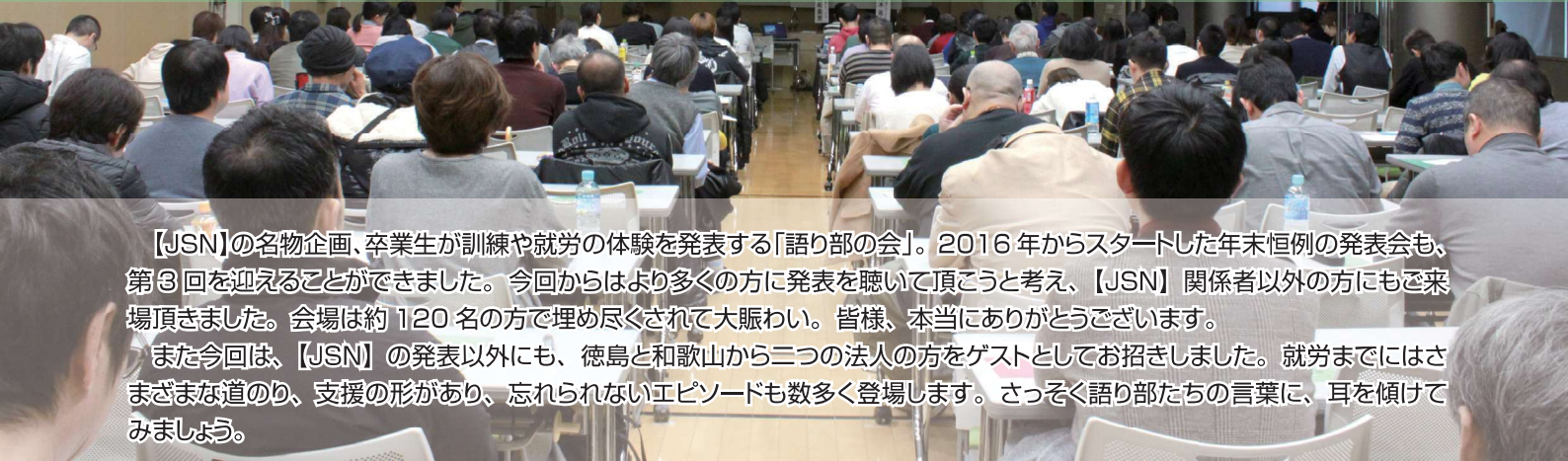


## 第3回 JSN語り部の会



# 「○○で働き続ける私」

2018年12月22日(土) エル・おおさか(大阪府立労働センター)  
13:45 ~ 16:30 南館5F 南ホール



【JSN】の名物企画、卒業生が訓練や就労の体験を発表する「語り部の会」。2016年からスタートした年末恒例の発表会も、第3回を迎えることができました。今回からはより多くの方に発表を聴いて頂こうと考え、【JSN】関係者以外の方にもご来場頂きました。会場は約120名の方で埋め尽くされて大賑わい。皆様、本当にありがとうございます。

また今回は、【JSN】の発表以外にも、徳島と和歌山から二つの法人の方をゲストとしてお招きしました。就労までにはさまざまな道のり、支援の形があり、忘れられないエピソードも数多く登場します。さっそく語り部たちの言葉に、耳を傾けてみましょう。

**田淵**.. 私は30代半ばで統合失調症を発症し、通院することになりました。現在も月に1回、診察に通っています。

**茂木**.. 統合失調症の診断を受けてから、しんどかったことも多かったと思います。それでも今、週5日働いておられます。どうやって乗り越えてこられましたか？

**田淵**.. 特にしんどかったのは、「就職したい」と思っていたのにできなかった時期です。私は学生時代に体操をやっていたのですが、「100回練習してできるのも、1回練習してできるのも、できたことは同じ」

**田淵**.. 得意なこととは特になのですが、苦手なのは初対面の方と話をすることです。

**茂木**.. だけど語り部に登壇して下さっている！すごいことです。お休みの日は何をされていますか？

**田淵**.. 基本は土日が休みで、

### 「就職できるまで頑張ろう」しんどい時期を乗り越えた

じ。できるまで練習する」と言われてきました。その言葉を思い出し、「就職できるまで頑張ろう」と、しんどい時期を乗り越えてきました。

**茂木**.. 病気やしんどかった頃の話ばかりをしても何なので、次に田淵さんの趣味を教えてください。

**田淵**.. 趣味はセルフネイルです。

**茂木**.. 今日も藤色の綺麗なネイルをされていますね。ちなみに、得意なことや苦手なこととは？

1組目



**当事者**

株式会社阪急阪神エムテック  
総務部

**田淵 希美恵** さん  
(【JSN新大阪アネックス】出身)



**支援者**

【JSN 新大阪アネックス】 所長

**茂木 省太** さん



第一土曜日だけは月1回出勤しています。休日は必ず、近所の喫茶店でモーニングを頼みます。その際、手帳にその日行うことや買い物などを書き出します。やることをチェックしておかないと、何かしら忘れてしまうからです。土曜日はたいてい買い物などに出かけ、日曜日は家でゆっくり過ごしています。

### 就職後1年で退職【JSN】で再訓練

茂木.. その後、【JSN】での訓練を経て就職を果たされます。1社目は食品会社でした。どのような業務内容でしたか？

田淵.. 食品の仕分けとコンテナの洗浄、事務作業でした。茂木.. その会社は退職されていますが、理由を聞かせて頂いてもいいですか？

田淵.. 勤務当初から業務内容に納得感がありませんでした。違和感を持ちつつ、就職したことを覚えています。1年間頑張つて勤務を続けていたのですが、業務量がどんどん増えてきて、体力的に限界を感じたので退職することにしました。

茂木.. 当時、僕はジョブコー子として田淵さんを支援していたのですが、勤務先の会社は当時、急成長を遂げておりとても忙しい状況でした。田淵さんも大変な状況の中、働いておられたと思います。退職後は改めて【JSN】に再入所されました。

田淵.. ちょうどその頃、【JSN】が開設し、事務職に特化した訓練がスタートしたからです。私は事務職で就職したかったのですが、再入所を決めました。

茂木.. 退職する形とはなりませんが、1社目での経験が生きているな、と感じることはありますか？

田淵.. スピードを求められる業務だったので、効率を考えて作業を行う習慣が身に付きました。また、仕分けの際には数を数えることが多かったのですが、数える作業を正確に行えるようになりました。仕事のペース配分も意識できるようになりました。今は事務職ですが、これらの経験はとても生きているな、と感じます。

田淵.. ちよつどその頃、【JSN】が開設し、事務職に特化した訓練がスタートしたからです。私は事務職で就職したかったのですが、再入所を決めました。

田淵.. 現在の目標は、正社員になること。小さな仕事でも大きな仕事でも、同じ意識で行っています。小さな仕事だからといって気を抜いていると、ミスにつながることもあるからです。そして、初めて行う作業などで分かりづらい部分がある時は、マニュアルを作つて対処します。次に同じ作業を頼まれた時に、マニュアルを見て作業を行うと、早くミスなく行うことができます。就職した当初は、「これがあれば役立つだろうな」と思われる書類のファイルを、言われなくても自分で作つて用意していました。上司の方に何か頼まれた時、サツと見せることができますし、自分が作業を行う際にも便利でした。「田淵さんがいて助かる」と思われる一心で、常に努力を続けています。

田淵.. 現在の目標は、正社員になること。小さな仕事でも大きな仕事でも、同じ意識で行っています。小さな仕事だからといって気を抜いていると、ミスにつながることもあるからです。そして、初めて行う作業などで分かりづらい部分がある時は、マニュアルを作つて対処します。次に同じ作業を頼まれた時に、マニュアルを見て作業を行うと、早くミスなく行うことができます。就職した当初は、「これがあれば役立つだろうな」と思われる書類のファイルを、言われなくても自分で作つて用意していました。上司の方に何か頼まれた時、サツと見せることができますし、自分が作業を行う際にも便利でした。「田淵さんがいて助かる」と思われる一心で、常に努力を続けています。

田淵.. 現在の目標は、正社員になること。小さな仕事でも大きな仕事でも、同じ意識で行っています。小さな仕事だからといって気を抜いていると、ミスにつながることもあるからです。そして、初めて行う作業などで分かりづらい部分がある時は、マニュアルを作つて対処します。次に同じ作業を頼まれた時に、マニュアルを見て作業を行うと、早くミスなく行うことができます。就職した当初は、「これがあれば役立つだろうな」と思われる書類のファイルを、言われなくても自分で作つて用意していました。上司の方に何か頼まれた時、サツと見せることができますし、自分が作業を行う際にも便利でした。「田淵さんがいて助かる」と思われる一心で、常に努力を続けています。

田淵.. 現在の目標は、正社員になること。小さな仕事でも大きな仕事でも、同じ意識で行っています。小さな仕事だからといって気を抜いていると、ミスにつながることもあるからです。そして、初めて行う作業などで分かりづらい部分がある時は、マニュアルを作つて対処します。次に同じ作業を頼まれた時に、マニュアルを見て作業を行うと、早くミスなく行うことができます。就職した当初は、「これがあれば役立つだろうな」と思われる書類のファイルを、言われなくても自分で作つて用意していました。上司の方に何か頼まれた時、サツと見せることができますし、自分が作業を行う際にも便利でした。「田淵さんがいて助かる」と思われる一心で、常に努力を続けています。

田淵.. 現在の目標は、正社員になること。小さな仕事でも大きな仕事でも、同じ意識で行っています。小さな仕事だからといって気を抜いていると、ミスにつながることもあるからです。そして、初めて行う作業などで分かりづらい部分がある時は、マニュアルを作つて対処します。次に同じ作業を頼まれた時に、マニュアルを見て作業を行うと、早くミスなく行うことができます。就職した当初は、「これがあれば役立つだろうな」と思われる書類のファイルを、言われなくても自分で作つて用意していました。上司の方に何か頼まれた時、サツと見せることができますし、自分が作業を行う際にも便利でした。「田淵さんがいて助かる」と思われる一心で、常に努力を続けています。

田淵.. 現在の目標は、正社員になること。小さな仕事でも大きな仕事でも、同じ意識で行っています。小さな仕事だからといって気を抜いていると、ミスにつながることもあるからです。そして、初めて行う作業などで分かりづらい部分がある時は、マニュアルを作つて対処します。次に同じ作業を頼まれた時に、マニュアルを見て作業を行うと、早くミスなく行うことができます。就職した当初は、「これがあれば役立つだろうな」と思われる書類のファイルを、言われなくても自分で作つて用意していました。上司の方に何か頼まれた時、サツと見せることができますし、自分が作業を行う際にも便利でした。「田淵さんがいて助かる」と思われる一心で、常に努力を続けています。

田淵.. 現在の目標は、正社員になること。小さな仕事でも大きな仕事でも、同じ意識で行っています。小さな仕事だからといって気を抜いていると、ミスにつながることもあるからです。そして、初めて行う作業などで分かりづらい部分がある時は、マニュアルを作つて対処します。次に同じ作業を頼まれた時に、マニュアルを見て作業を行うと、早くミスなく行うことができます。就職した当初は、「これがあれば役立つだろうな」と思われる書類のファイルを、言われなくても自分で作つて用意していました。上司の方に何か頼まれた時、サツと見せることができますし、自分が作業を行う際にも便利でした。「田淵さんがいて助かる」と思われる一心で、常に努力を続けています。



田淵さんがこうして長く働き続けておられる理由や秘訣を教えてください。

**田淵**… 上司の方が毎月一回、「振り返り」をしてくれるので、とても助かっています。その際には業務のこととはもちろん、業務以外にも気になることや伝えたいことを話しています。それに対し、上司の方はアドバイスをしながら話をしています。また、SPISも利用しており、体調やその日の業務で困ったことなどを、備考欄に記入しています。それに対しても、上司の方がアドバイスを下さるので有難いです。【JSN】のスタッフの方からもコメントを頂いており、

体調面のアドバイスなどを記入してもらっています。2ヶ月に一度、【JSN】のスタッフの方が来社し、SPISのデータを読み取った上で話し合いを行います。その際にも体調面のアドバイスなどを頂けるので、とても有難いです。

**茂木**… 田淵さんは今後も語り部として活躍していかれる予定です。語り部としての意気込みを聞かせて下さい。

**田淵**… 私の話が少しでも誰かのお役に立てれば幸いです。本日はありがとうございました。

## 田淵さん発表資料

### 1. 私ってこんな人

名前: **田淵 希美恵さん**  
 就職先: **株式会社阪急阪神エムテック**  
 (2014年8月~)

障害名: **統合失調症**

家族のこと: **弟2人と住んでいる。姉が1人奈良に住んでいる。姉とは仲良し。**

休日の過ごし方: **土日が休み。近所の喫茶店でモーニングを食べる。清潔感のあるお気に入りの喫茶店。**

JSN入所までの経緯: **主治医に「働きたい」と相談したらJSNのパンフレットを見せてくれた。**



### 2. 就職先について

就職先: **株式会社阪急阪神エムテック**

どんな会社?: **車の整備の会社**

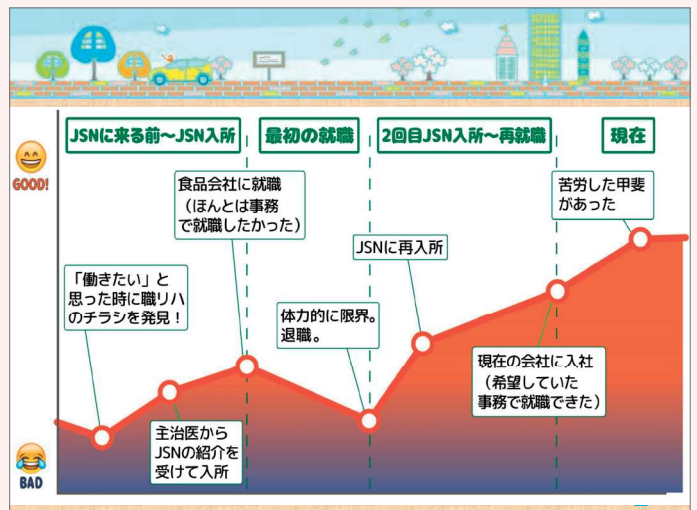
どんな仕事?: **総務部での事務。(連絡便の業務、社用車の管理、年休台帳の記入、給与明細の仕分け、社内の光熱費の入力、購買会の注文の管理)**



### 3. 「〇〇」で働き続ける私

**人から信頼される人になりたい。上司からかわいがられる人でありたい。周りの人に感謝すること。「助かる!」と思われたらそこが居場所になる。目標「正社員になりたい」…退職金がある、給料が高い、社会的信用あるような気がする**

SPIS…コメント欄に仕事で困ったことをすぐ書いている。上司に知ってもらえてアドバイスをくれるので助かる。







### 当事者

株式会社 ロイヤルホテル

谷口 立樹 さん  
 (【JSN新大阪】出身)



### 支援者

【JSN地域・企業連携事業部】  
副所長

木村 一広 さん

## 会社とジョブコーチ サポートがあるから 働ける

谷口.. 私は2017年10月から、(株)ロイヤルホテルで働いています。基本的に土日が休みですので、休日は家でゆっくりしたり、ジムに通ったりして過ごしています。【JSN】に入所した後、緯は、転職を繰り返した後、障害を開示して働くことを考えていた折、主治医より紹介して頂いたのがきっかけです。

木村.. 【JSN】を利用するまでに4ヶ所の就労移行支援機関を見学されたとのことですが、【JSN】を選ばれた

理由は？

谷口.. 【JSN】の訓練は実習がメインだったからです。私は早く就職したいという思いがあったので、それを踏まえて【JSN】に決めました。また、他の支援機関は体験入所の期間が短かったのですが、【JSN】では2週間、体験させて頂いたことも大きかったです。

木村.. 現在の職場である(株)ロイヤルホテルは、どのような会社ですか？

谷口.. 客室が1000室以上あるホテルです。私は週に5日、9時から17時30分までホテル内外の清掃やアメニティーの出庫作業などさまざまな仕事をしています。

木村.. かなり大きなホテルですよ。僕自身もジョブコーチとして何度も谷口さんの職場を訪れているのですが、有名人も泊まりにくるような、素敵なホテルです。

谷口.. 守秘義務がありますので、どのような方が来られるかは話せませんが、長い歴史の中でたくさんの方にご利用頂いています。仕事のやりがいについては、ホテル内外の清掃作業はとも楽しいです。また、新しい仕事に取り組み時もやりがいを感じます。広いホテルですので、ここに30年以上勤めている方でも、まだ行ったことがない場所があるくらいです。

木村.. 反対に「この業務は大変だ」という仕事はありますか？

谷口.. アメニティーの出庫作業です。アメニティーとは客室内に置かれるシャンプーなど日用品のことを指します。これらの商品は段ボールで届くのですが、何往復もして倉庫まで運ばなければなりません。年末年始は特に忙しい時期ですから、荷物も本当にたくさん届きます。頭も体力もすぐ使います。

木村.. 今日はお忙しい中ご

登壇頂いて、ありがとうございます。谷口さんが今まで働き続けられている理由を教えてください。

谷口.. 周囲の方のサポートがあるから、働き続けることができていると思います。これまでは「働き続けたい」と思っていたのに続けることができなくなりました。しかも自分では原因がわからないまま、投げやりになってしまったことも多くありました。今、心がけていることは「素直になること」。なぜ、相手が自分に向けてその言葉を言ってくれているのか、意図を考えることを大切にしています。

木村.. どんなサポートが役に立っていますか？

谷口.. 会社が私の性格や特徴をしっかりと把握してくれていますし、ジョブコーチが支えてくれています。どちらかというと悩みを抱え込む性格なのですが、サポートがあることによって悩みを打ち明けることができていると思います。

木村.. 「素直になること」を大事にされているんですね。

谷口.. はい。素直な人とそうでない人を比べると、成長に差があると思います。素直でない人は時間が経ってもほ

とんど成長しないという例を身近で見ることがあり、反面教師にしています。

木村.. もう一つ、「相手の言葉の意図を考える」というのは、なぜそうしているのですか？

谷口.. 自分自身が知らないことを知るためです。相手が伝えてくれたことをぎっぴりに、ステップアップすることができます。また、この時も相手の意図を考えるとそうでないのでは、成長に差が出ると思います。だから常に考えるようにしています。

## 障害非開示で就職し 働き続けられなかった 過去

木村.. ここで谷口さんの人生を振り返ってみると、かなり感情の波が激しかったようです。まずは学生時代のことから聞かせて頂けますか？

谷口.. 大学3回生の時に、所属していた剣道部が「スポーツ強化クラブ」に選ばれたんです。翌年にインターハイ参加経験のある選手が入ってくることも決まっております。自分が引く張っていかなくてはならない立場になりまし



た。力を付けていかななくてはならないのに、うまくできない。どんどんプレッシャーを感じるようになり、体調も崩し、就職活動もまともにできず、就職浪人しながら卒業してしまいました。

**木村**..その後、社会に出て上り調子になった時期もあるのですが、「周りとか違う」ということで再び下降に転じた経験をお持ちです。

**谷口**..周りの認識と自分の認識に差がありすぎて、職場での風当たりが強くなってしまいました。端に追いやりられるような形で離職することになりました。その後、母親が探してくれた支援機関に相談

に行き、これまでとは異なる業種に就職しました。しかしそこでもうまくいきませんでした。

**木村**..障害のことがわかったのはその頃ですか？

**谷口**..はい。支援機関に相談した後、医師の診察を受けて障害がわかりました。三度目の就職先は介護職だったのですが、仕事ぶりが評価されて施設長になりました。給料も上がり、生活も安定し、「今までの苦勞が報われた」と感じました。

**木村**..そこでの仕事は長く続きましたか？

**谷口**..その後、業務があまりにも増えすぎて、ストレス

を感じても相談する余裕もなく、体調を崩して退職してしまいました。そして翌年、派遣社員として家電の商品管理の仕事を始めました。片道1時間以上かけて通勤していました。仕事は頑張つてやっていたのですが、それでもうまくいかず、再び体調を崩して退職してしまいました。

### 後輩を育成し 新しい業務も覚えたい

**木村**..その後、主治医から【JSN】を紹介され、入所に至ります。【JSN】では約7ヶ月の訓練を経て就職されています。訓練中に印象に残っているエピソードはありますか？

**谷口**..たくさんあるのですが、【JSN】のある男性スタッフから眉毛についての指摘を受けたことは特に印象に残っています。当時の私の眉毛は、一本線を描いたようなかんじで、すごく細かったんです。そのスタッフと一緒に、ネットで眉毛の描き方を検索して描く練習をしました。よくよく考えてみると、以前に母からも同じ指摘を受けたことがありました。...あ、

眉毛の描き方はかりを訓練していたわけではありません(笑)。

**木村**..今後もちろん谷口さんの眉毛に要注目ですね。今は株式会社ロイヤルホテルで1年2ヶ月働き続けておられます。仕事をする上で目標にしていることはありますか？

**谷口**..後輩の指導も行っているのですが、自分がいなくても後輩たちが自分たち自身で仕事をスムーズに進められるようになることを目標にしています。そうなれば、自分も新しい仕事をどんどん覚えていきたいと考えています。

**木村**..後輩に指導する際に心がけていることはありますか？

**谷口**..自分の経験談をそのまま伝えていきます。言葉で伝えることも大切ですが、自分が仕事をしている姿を見てもらうようにもしています。

**木村**..将来の夢はありますか？

**谷口**..40才までに剣道5段を取りたいです。また、生涯現役で働き続けることです。

**木村**..谷口さんは会社の方たちからの評価がすごく高く、会社訪問をした際にも「向上心が高い」と言われます。このまま働き続けてほしいですし、僕たちもしっかり応援して支えていきたいと思えます。今日はどうもありがとうございました。





## 1. 私ってこんな人

名前: 谷口 立樹さん  
 就職先: 株式会社 ロイヤルホテル  
 (2017年10月~)  
 障害名: 広汎性発達障害・自閉症スペクトラム

休日の過ごし方: 土日が休み。家でゲーム(アクションが好き)や、身体のセルフコントロールをするためジムに通っています(トレットミル、泳ぐなど)

JSN入所までの経緯: 離転職を繰り返し、オープンで働くことを考えていたときに、主治医より紹介してもらいました。4ヶ所見学に行き、実習がメインのJSNに決めました。



## 2. 就職先について

就職先: 株式会社 ロイヤルホテル

どんな会社?: 客室が1000室以上あるホテル

どんな仕事?: 週5日9:00~17:30の勤務  
 ホテル内外の清掃・アメニティ出庫作業(ヘルスクラフ、スイミングクラフ、駐車場、ホテルの外周の清掃、23Fにあるラウンジの床みがき、ビュッフェのお皿の汚れチェックなど)



## 3. 「〇〇」で働き続ける私

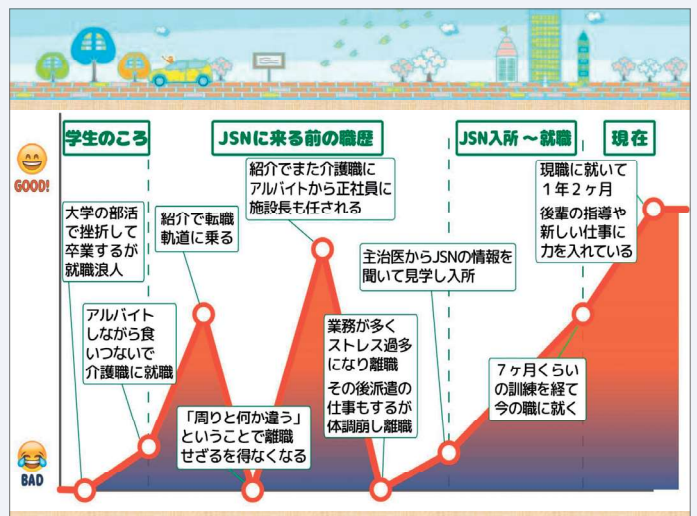
「サポートがある事」で働き続けられるようになった。今まで働きたいのに、続けられなかった。原因も分からず、投げやりになってしまうことも多かった。

大事にしている事:

「素直になる事」「何故相手が自分に向けて言っているのか意図を考えることが大事」

将来の夢:

40歳までに剣道五段を取りたい。  
 (生涯現役で出来るもの)



林: では自己紹介からお願いします。

中津: 私は現在、製造業に携わっています。仕事の詳しいことは言えません。首が飛びます。

林: なぜですか?

中津: (仕事で) 見たことは、絶対に言っただけですよ」と偉い人から言われています。写真に撮ったり、イラストにしたりもだめです。でも、やましいものを作っているわけではなく、日々頑張っています。私と共に働いている方々も、真面目にお仕事をしています。

中津: 私は現在、製造業に携わっています。仕事の詳しいことは言えません。首が飛びます。私の趣味ですが「アーティスト恵那」と呼ばれると恥ずかしいのですが、物を作ったりすることが好きです。私の人生を説明すると、いじめや対人関係の不安を経て引きこもりだった時期がすごく長かったんです。でも、良かったこともちゃんとあります。友達ができたり、親友ができたり、生活が充実している。免許が取れた...一発で取れたぞー! という時は、すごく喜んで

ロボットを脱いで働く一人の人間になった私



当事者

株式会社 ワイ・ジー・ケー  
 中津 恵那 さん



支援者

社会福祉法人 愛育会  
 指定障害福祉サービス事業所  
 なごみ 就労支援課長  
 林 弥生 さん

3組目

ました。でも、免許が取れた時より仕事に就いた時の方がもっと楽しかった。それから「なごみ」に来て、私はもっと変わります。

**林**…どう変わりましたか？

**中津**…「しまわれた私が衣替えしたお話」をします。全然意味がわからないと思うんですが、「しまわれた私」というのは、全国にいる引きこもりになった人たちのことです。私が部屋引きこもっていた時、「なごみ」さんから勧誘のロボットが来たんです。「引きこりの中津、発見！」って。「来いよー」「嫌だ」って。「なごみ」に入るということは、私もロボットになるとい

うことです。全部「なごみ」の言うことを聞く。私の中ではそういうイメージなんです。そうして私は「なごみロボット」になり、毎日「なごみ」の施設に通います。ロボット

なのでご飯を食べたりして、変だなあと思いながら過ごしていました。でもいつか、ロボットを脱いで、私たちはお仕事を一人の人間にならなれないといけないんです。

**林**…ロボットを脱いでどうなりましたか？

**中津**…なんかその時、ちょっと痩せたんです。会話を終わらせる癖があったり、パニックったり、感情を出すとアンパンマンより弱い私。すごく

情けないなあと思いました。自分の心の中にすごい急な坂道があつて、心が苦しかった。ハイテンションな私は、褒められたら「よっしゃあー」って元気になりすぎる。本当は、

青い坂道をずっと登つていきたいのに、下の方に赤いマグマみたいな苦しい部分があつて、そこに落ちちゃうんです。多分、そのマグマというのは引きこもっていた時に

いじめられて、悲しくて苦しくて、やり場のなかった思いなんです。私はきつと、これを

はずっと背負っていかなくてはいけないのですが、上り坂を登っていくと展望台があつて、そこから下を見ると、大事な先輩や支えてくれるス

タッフ、共に喜んでくれる仲間が見えるんです。だから私は展望台を目指して、どんなに揺らんでも頑張つて頑張つて、坂道を登っていくんです。そうするとできるお仕事が増えたり、「よくやったじゃないー」って褒められたりして、泣いちゃうくらい嬉しいんです。

### 職場で信頼できる人が どんどん増えていく

**林**…私は中津さんをずっと支援してきて、中津さんはこれまで、この展望台に登りきる前に仕事を辞めてきたのかな？と感じるのですが、どうですか？

**中津**…周りの人が意地悪をしてきたわけではないのですが、私が勝手に怖くなってしまったんです。その時のサポートも一切なくて、「大丈夫だよ」と言ってくれる人が誰もいませんでした。なので、飲み会に3回誘われたら辞めました(笑)。

**林**…なぜ飲み会がダメなのですか？

**中津**…いじめられたことを思い出しちゃったんです。

**林**…中津さんは会社に入つて慣れるまでの間が「登り坂」で、かなりのアップダウンがあつて、マグマに落ちるような時も必ずあります。私は支援者として、登り坂の時は慎重にいかないといけないな、と感じています。しかし、一旦展望台に到達すると、傷ついたり落ち込む頻度が減つていくような気がします。

**中津**…だんだんみんなのことが、信頼できるようになってくるんです。大好きな人が増えてくるんです。

**林**…中津さんは今日は元気に登壇されていますが、二日前に危機的な状況を迎えていましたよね。

**中津**…「自分は仕事がたくさんできる人間だ」と勝手に思っていたのですが、それは違つたと気付きました。「ゆっくりとしたペースで仕事をする人間」だったんです。

**林**…会社の人には実習やトライアル雇用の際に、中津さんは「ゆっくり仕事をする人」ということを知った上で雇用されています。それなのに、中津さんが自分からマグマに突っ込んでいくということ

が、しばしばありますよね。  
**中津**…会社の人から「中津さんがゆっくりさんということ

は、知つとるで」と言われました(笑)。「今気付いたん!？」と、全員がのけぞっていました。

**林**…登り坂の時は「あの人は私のことを辞めさせようとしている」と中津さんが話していた人が、展望台に上がると好印象に変わっていることがあります。

**中津**…その人のことを冷静に見ることができて、信頼できるようになってきます。私はひきこもっていた自分が嫌

