



広告

薄暗い六畳一間が、 僕の世界の全てだった。

僕には10年ひきこもっていた時期があります。
カーテンを開けることさえできず、薄暗い部屋の中で時間を浪費する日々。
毎日時計が回り、何事もなく今日という一日が終わっていくことにさえ、たまらない恐怖を感じていました。

あの頃の僕は、社会との関わりはほとんどなく、そして何もできなかった。
例えばお風呂に入るのは月に一度、母に連れて行ってもらった心の病院の前日だけ。
逃げるようにもらった薬を飲んで自分を買って、全てが怖くてたまらなかった。

(このままではいけない)とわかっていても、どうしたらいいかわからない。
焦りばかりが積み重なって、出口の見えない暗闇の中に居た10年目。
就労継続支援「こもれび」を知ったのはその頃でした。

「失敗したらどうしよう?怖い、嫌われるかも、傷つくかも、辛い」と感じていた僕に、
「こもれび」の支援員さんは、優しくたくさんのことを教えてくれました。
仕事のやり方だけでなく、気の持ちようや生活習慣を整えるコツ、自分をいたわる方法や、人を大切に思うこと…。
教わった対処方法を実践していくことによって、自分の傷つきが減っていくのを感じていて、
気づいたらとても生きやすくなっていました。

あれから三年、今、僕は「こもれび」で正社員として働いています。
毎日8時間の仕事を楽しみで、この木漏れ日の中に居ることができれば、
もうひきこもることはないと思っています。



「ひきこもり」、推計146万人。

外出をほとんどしない状態が長期間続く、いわゆる「ひきこもり」が、15歳から64歳までの年齢層のおよそ2%超にあたる、推計146万人に上ることが、内閣府が2022年行ったアンケート調査でわかりました。

こもれびでは、通所だけでなく、在宅就労も含めた多種多様な働き方を通じて、慣れ親しんだ環境をすこしずつ広げていくことを目指しています。

- 2019年10月
こもれびB型
就労支援施設 通所
- 2021年5月
こもれびA型
就労支援施設 通所
- 2021年10月
こもれび入社
正社員登用



こもれびグループ

社会を良くする
仲間でありたい。支援員さん募集中!

障がいがある方に、働く機会を提供する福祉サービスです。

株式会社こもれび 【本社】〒472-0016 愛知県知立市西中町中長 50-1

Tel.0566-84-5595 <https://komorebi.kmgr.jp> こもれび



動画公開中

※「広報ちりゅう」発行経費の一部に充てるため、有料広告を掲載しています。内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。

