

# いっしょに話そう！

仕事のこと、生活のこと、自分のこと

## はたらくこと ※コミュの名前かわりました！ ぴあ会



テーマ『仕事をやめたい時どうする？』

- ホテルでの実習3日間の時、まわりが女性ばかりで強い人がいたり、いろいろ合格したけどやめました。  
→ホテルの清掃の仕事をしていた。時間が不規則で、いろいろな課題がある中で10キロやせた。ぎっくり腰が張っている。  
→1日5時間の勤務には休憩がない。  
→ひとり仕事でボツンとしていた。なかなかしにくかった。  
• 寮の世話人をしていて、3か月休みがなかなか。頑張りすぎた。選カウンセリングを受けている。自分の限界がわかるので、相談しながら勤務を減らした。  
→ オーバーワークにならないように、休む事。新聞の仕事は休めない。調子を崩しても休みにくい話められてしまうので、あまり考え込まない。だれかに相談する。話せたことで、気持ちがやめなくなった時、相談したり、気分転換、音楽、仕事のこと、人間関係で悩んだ。  
アルゴールをやめる為に障害者雇用で働いている。  
→ 人間関係の課題は精神的にくる。  
→ 気が短い方だから、カットが好き。

