

つくしだより



令和2年12月号

東京つくし会の相談事業

都連副会長 本田 道子

東京つくし会では毎週水曜日の電話による相談と東京都障害者福祉会館での面接・電話相談を行っています。家族による「家族ピア」相談という形です。

この4月からの相談では「ギャンブル」「アルコール・薬物」などの相談が少し気になるところです。件数が増えています。絶対数が増えてきている、ということもあるのですが、どちらにしてもすぐに改善ができるというものでもありません。それは相談をしている方たちには十分にわかりきっていること。

本人の場合と家族からの相談とでは対応が全く違ってくるのは当然ですがどちらもまずは「受容」と「共感」からのスタートであるのはどんな相談でも同じです。私はまずこの受容が十分になされるのが次のステップに移るための必要条件だと信じています。

そのために必要とされるのは相談を受ける私自身の体調や心理状態の

チェックが重要です。

どうも今日は心穏やかではないな、と感じた時にはお花を買って、その花を眺めながら相談を受けたり、元気が足りない、と思う時にはコーヒーの力を借りたりとささやかな努力もしたり。

「受容」と「共感」で相談者との間に信頼関係が築けてから先が「いよいよ相談」と思っています。電話では「言葉」だけで相手の方とつながるのですがこの「ことば」のニュアンスは実にさまざまなお話を教えてくれます。いわゆる相談者からの情報です。「ていねいに」「きめ細かく」ことばを情報を受け止めていきたいと思っています。

「依存」にしても「統合失調」にしても長い時間が必要です。自分自身を見直したり、家族との関係も修復したり、再構築が必要だったり、そこに早く気づけるかどうか、です。

大変に困難な作業ですからそこには「医療」や「福祉」などプロの方たちの支えが必要です。そこへの「気づき」の部分の担っていききたい、そこが相談という部分なのかな、と思

ってまいります。

相談員としてはどれだけの情報やネットワークを自身も持っているかも問われている、と思ってもいます。たとえ

○児童期に親のDVを身近に見せられたPTSDからの障がい
○自身が虐待をうけた
○あるいは性被害が原因とみられる障がい、
○いわゆる毒親が原因とみられる障がい、
など心を病む原因となっているのは多様で複雑化もしています。
そのことに早くに気づき、それにふさわしい治療者や相談機関などの紹介も必要とされてきています。

東京つくし会は「家族ピア」による相談なのでそれぞれの理事が自身の体験や専門性を生かして相談をお受けしています。「病気」と同時に「障がい者」ともなってしまう家族を抱えているとそれなりに「専門家」にもなってしまうこと。

「家族会」でさまざまな「情報の共有」ができることが強みです。相談は奥の見えない深い事業です。

令和2年第1回西ブロック養成講座報告

都連理事 大山 竹彦

2020年11月8日(日)13時30分～16時、大田区障がい者サポートセンター(サポートぴあ)において開催されました。

講師は代々木の森診療所の羽藤邦利理事長です。テーマは「コロナと(8050問題)」でお話を頂きました。

内容は、東京都新規PCR陽性者数のピークがあると、その後は死亡者のピークがあらわれている事又精神科医療情報センターの相談件数では、コロナが怖い等がありながら、電話が混雑し、かかりにくく繋がらない為か、データとしては相談が減少した等の変化もみられた。救急対応の輸送手段では、警察にたよることが年々増加していることが示された。相談者の年齢では、20～30代が減り、40～50代が増加している。東京都の自殺者数では数年前に比べ女性の増加が見られる。自殺のタイプとしては、イ、悪循環・発展でおきたもの、ロ、出来事をきっかけに精神状態がゆらいでおきたもの、ハ、精神病性の症状からおきたものの3つを自殺へのプロセスとして理解できる。コロナ禍では、自殺の特徴として、自粛、在宅勤務、家庭の変化、経済的活動停滞がきっかけとなり、これによってa、職場の同僚・上司との関係が希薄・疎遠・悪化、b、会社の経営破綻・本人の失

職、c、家族が密に接するようになった。d、家に引きこもり孤立、e、福祉施設や医療機関との繋がりが希薄なつた等がおきていた。

政府や地方自治体の相談窓口に寄せられた5、6月の相談件数が前年同月比でそれぞれ約1.6倍に増加していた等が説明された。

お話の後は、参加者が各グループに分かれて討議を行い、各々発表をしました。

その後、羽藤先生に纏めをしていただきました。その後、羽藤先生に纏めをしていただきました。その纏めの中では、自助、共助、公助の話、また医療福祉の動きの中にも変化では、「円」等の株式会社動きが目立等の紹介もありました。先生の丁寧な説明に感謝して、無事に終わりました。



報告 西ブロック会議

都連副会長 本田 道子

11月8日(日)曜日の10時から大田区立障害者サポートセンター(さぽーとぴあ)で行われました。

今年度は毎年6月に行われている東京つくし会の評議員会がコロナで書面での開催となりその後も集合しての会議が難しい状況となりました。やっと11月になって人数制限のある中で今年度第1回の開催です。

参加家族会は世田谷さくら会・あかね会・

新宿フレンズ・品川かもめ会・渋谷太陽の会・大田つばさ会の6単会でした。

真壁会長の挨拶のあとは今年度になってからのつくし会の活動について資料を用意して詳しく説明をしました。

・都福祉保健局と都議会各政党への要望活動も人数制限がありつくし会理事だけの活動になったこととその要望内容について。

・そんな中でも9月に講演会を実施

講師の山澤涼子氏が大変好評だったこと。会長会議を10月に開催しつくし会としての全体の意識の統一を図ったこと。

・来年度に「みんなねっと全国大会」を東京で開催する予定でいること。コロナの中での開催となり大幅にスタイルを変更すること、などを説明。

後半は各家族会からの報告・交流です。

例会の会場確保の困難さ、と共に病院の建物をお借りしているあかね会からは家族会からコロナをだすわけにはいかない、との必死の声や新宿フレンズは前々から準備していた50周年の行事が開催できなくなり記念誌を発行することに変更したりなど、このコロナの影響の大きさを改めて感じることにになりました。そんな中でもどの家族会も区に対しての要望活動などはきちんとなされてきたことが大きな発見でありうれしいことでした。



東ブロック相談員養成講座報告

都連副会長 轡田 英夫



日時 2020年11月22日(日)10時～12時15分
場所 東京都戦没者霊園会議室
参加者 10単会 19名

当日は、事前に提出してあった相談事例を皆で話し合った後、羽藤先生のアドバイスをいただく予定でしたが、当日先生は急用のため欠席されましたので、参加者による4件の事例の検討を行いました。

【事例一】

30代半ばの女性。小学生時代のいじめから、引きこもり・拒食を繰り返し、幻聴も聞えるようになりました。被害妄想から迷惑行為も行うようになりました。訪問看護だけは受け入れていますが、その他の社会資源は受け入れようとしません。今後の治療や社会資源をどのように取り入れたらよいでしょうか。

(検討内容)

病状が改善するまで入院する必要があるのでは。一時的には電気ショックが効きますが、繰り返しながら快方に向うのではないかと思います。焦って社会資源に結び付けようとしなくて、本人が安心して過ごしていられる環境を作って、待つてあげるのが良いのではないのでしょうか。入院している病院の環境によってかなり治療の成果が違ってきます

ので、安心する場所を見つけてゆっくりと受け入れていったらどうでしょうか。社会資源や就労とのつながりですが、子どもに直接的に言うのではなく、さりげなく情報を伝えておくと、本人が自分に合うのを見つけ、自分から歩き出すこともありませう。焦らず、ゆっくりと一歩後ろから見守ることが必要ではないのでしょうか。親自身がほっとすると子供もほっとします。

【事例二】

過去に受診歴はありますが、現在はありません。親とのコミュニケーションが取れず、反発ばかりしています。家に帰らずホテルを転々としています。

(検討内容)

ホテルに泊まるお金は、伯父さんからもらっているという事ですが、伯父さんと話して渡しているお金はどうするか相談する必要があります。あるのではないのでしょうか。親の方で何かというと反発するので、温かく見守ってはどうかでしょうか。

以上2件の外、2件の事例の検討があり、時間を超えて皆さんで話し合いました。

東ブロック会議報告

日時 同日 13時～15時30分
場所 東京都戦没者霊園会議室
参加単会、参加者数は午前中と同じ
最初に轡田から、都連の活動についての報

告をいたしました。

(一) 予算要望の概要

重点項目は以下の3点です

- ① 「心身障害者福祉手当」の精神障がい者にも支給してください。
- ② 精神障がい者の退院促進のためのショートステイ事業と都立センターの短期宿泊事業等の拡充をしてください
- ③ 家族の一時避難所の設置してください。

このほかアウトリーチ事業の充実、住居問題、就労支援、家族会活動への支援を要望しました。また、教育委員会に対しては、保健福祉の啓発・広報活動の推進に努めて欲しいという要望をいたしました。

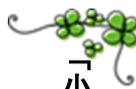
(二) 2021みんなねっと東京大会の概要

2021年10月7日(木)～8日(金)、早稲田大学の大隈講堂を中心にして開催予定。

(三) 福祉手当未支給の区には、当該単会を中心に予算要望活動をしてください。

都連の報告の後、各単会ごとの活動報告がありました。コロナ禍の為、なかなか集まることができない状況でした。会員の減少、高齢化、役員のみ手居ないなど悩み多い現状の報告がありました。





「小鳩会」(西東京市) 定例会訪問

都連会長 眞壁 博美



11月21日(土)の午後、田無総合福祉センターで「小鳩会」の定例会が開催されました。西武新宿線田無駅まで、会長の八木さんが車で迎えに来てくれました。

定例会の参加者は13名でした。さいわい、11月下旬なのに、10月のような温かさで、窓を大きく開けていても寒くなく、部屋も広かったので、コロナ対策はすっかりとられていました。

私からは、東京つくし会の最近の活動や、「みんなねっと東京大会」の話の後に、「立川麦の会」の特徴的な活動について話をさせてもらいました。質問がたくさん出され、「味噌づくりなどの活動は、なかなか真似はできないけど、定例会の前にみんなで歌を歌うのは、楽しそうだし真似していきたい」という意見も出て、少しでも会の活性化に役立ちたいと思うなと思います。その後、会員の近況報告がされました。その中で、八木会長の奥様が1ヶ月前に亡くなったということを知りました。そのような大変な時でしたのに、家族会訪問を受け入れて頂き、感謝します。小鳩会の皆様、アットホームな雰囲気の中で、私自身大変癒やされました。ありがとうございました。

☆ 賛助会員 ☆

岡本 友恵様

2000円

ありがとうございます。

☆ 東京つくし会事務局の開設時間 ☆

午前10時～15時(昼休みはなし)

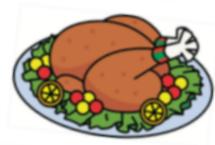
水曜、土日祝日は休み。年末年始は、

12月29日より1月4日まで休み。

人数が少ないため、外出の時などは

不在になり迷惑をお掛けしますが、

よろしく願います。



東京つくし会のホームページをぜひ周知・ご活用ください！活動や学習会の案内や家族会紹介など、さまざまな情報を掲載しています。またご覧になったご意見、ご感想をお待ちしています。
<http://ttsukushi.sakura.ne.jp/>

編集後記

青年の頃はあまり昔のことを振り返ったりすることがなかったように思う。今はいろいろなことを思い出したりする。

子供の頃、月が自分と一緒に動いてくれているように思った。大人になった頃、月は動いてくれなくなった。黒柳徹子の空飛ぶ絨毯は本当に空を飛んでいると思った。乗っている人は落ちやしないかと思って心配だった。ブーファウの3匹の子豚は本当にこういう子豚がいると思った。

中学生になった頃4歳下の弟が生きるか死ぬかの交通事故にあった。そのせいで親は付きっ切り。ほとんど病院に行きっぱなし。稚内の祖母が留守番に来てくれていた。ある時母親に向かって「お兄ちゃんの事も見てあげないとグれるぞ！」と母親に言った。母親は「大丈夫だよ、お兄ちゃんはしっかりしているから大丈夫だよ」と念を押した。僕は何も言えなかった。親のせいじゃないが高校の時半分ぐれた。かなり落ちこぼれた。学校をさぼったりタバコを吸ったり、先生に逆らったり、でもそのせいで親友ができた。落ちこぼれ同士の絆は強かった。北海道と東京で離れてしまったが今でもよい友達だ。色々振り返る。どれもこれも懐かしい。このコロナ禍の中で一度とりとめのないことを書いてみたかった。

都連副会長 中住 孝典

つくしだよりは赤い羽根共同基金の配分を受けて発行しています。