

つくしだより



令和6年12月号

「関東ブロック大会in神奈川」報告

都連会長 眞壁 博美

11月14日(木)、川崎市高津市民館12階大ホールで関東ブロック大会が開催されました。大会テーマは、「精神疾患の当事者への訪問支援・対応について」家族も当事者もそれぞれが穏やかな生活の実現を目指して〜でした。

開会式では、NPO法人じんかれの清水信理事長の開会挨拶後、来賓挨拶を神奈川県副知事・首藤健治様、川崎市副市長・三田村有也様がされ、主催者挨拶を、みんなねつとの岡田久美子理事長がおこないました。

午前中は、聖路加国際大学大学院看護研究科教授・瀬戸屋希氏が基調講演をされました。演題は、「当事者と家族にとっての精神科訪問看護の役割・可能性」です。

昼食休憩の時に20分間ほどでしたが、川崎市の地域活動支援センター・紙ひこうきのバンドサークル「ザ☆チキンハーツ」の皆さんによるミニコンサートがあり、大変パワフルな歌と演奏に元気をもらいました。午後からは、パネルディスカッションでした。コーディネーターは、

川崎市総合リハビリテーション推進センター所長の竹島正氏。パネリストとして、瀬戸屋希氏、SSTリーダー・高森信子氏、みのり訪問看護ステーション高津所長・小川未生氏、あやめ会理事長・長加部賢一氏が登壇されました。瀬戸屋氏以外のパネラーの話をお聴いた後、休憩中に質問用紙を回収して、適任のパネラーに答えてもらいました。時間がたつぷりあったので、たくさん質問に全部こたえていただけました。

私が学んだことの一部を紹介します。

① 精神科訪問看護とは、「精神疾患を持ちながら暮らしている方と そのご家族が、その人らしく過せるよう、生活と健康について共に考え、共に取り組む支援」です。

② 生活・人生の主人公は本人・家族なので、訪問看護は、共に考え、寄り添う伴走者です。ですから、訪問看護師がまずやるべきことは、本人が、どんな生活をしたいのか、好きなこと・やりたいことをきくことと、安心して話し合える関係づくりをすることです。

③ 精神科訪問看護を利用することのメリットは、再入院率が低下、日常生活技能の向上(全体的な機能、交際、会話、身辺整理など)、精神症状が安定し、活動が広がるなどの効果がある。

④ 訪問看護は、当事者だけでなく、家族も支援の対象にしておき、家族の話、思いを聴く、ねぎらいを伝える。家族の対処を引き出し、関わり方を一緒に考える等を行っている。

⑤ 精神科訪問看護の課題として、ニーズの増加・多様化への対応のために、地域の関係者がお互いを知り、支え合う仕組みづくりをし、地域のニーズをとらえて地域づくりをしていくことが大事です。

以上、盛沢山の内容でしたが、精神科訪問看護が、当事者の地域生活を支える大きな力となっていることを強く感じました。訪問看護サービスが、まだ都市部に偏在しているので、どこの地域でも利用できるように広がってほしいと思いました。

次回の関東ブロック大会は、来年10月26日(日)群馬県社会福祉総合センター8階で開催予定です。

第二金曜会家族会を訪問しました

都連副会長 植松 和光

第二金曜会は武蔵野市にある精神障がい家族会です。

今回は2度目の訪問でしたので迷うことなく無事着くことができました。会場はJR中央線三鷹駅北口から徒歩で約10分位のところにある都立多摩府中保健所武蔵野三鷹地域センターでした。

11月8日(金)午後1時30分から午後4時まで行われました。

学習交流会には、ご家族が13名、市議会から市議会厚生委員会委員長と厚生委員の2名で15名の参加で行われました。

北山会長から2016年に第二金曜会から武蔵野市議会に提出した陳情書が採択され、その後の陳情内容の進捗状況などが報告されました。

私からは、自分が何故家族会活動を始めるようになったのか、そのきっかけになった当事者である息子のことなどをお話させていただきました。次に、東京つくし会が東京都に対して行った令和7年度東京都予算要望の内容について説明、特に、心身障害者福祉手当の支給について、また、思春期における精神疾患の早期発見、早期治療のための中学生向けの啓発パンフの発行・配

布、医療中断・未治療者へのアウトリーチ

(訪問医療)の実施など区市町村長に対して各家族会から要望をして欲しいとお願いをしました。滝山病院事件については現状の改善状況や身体合併疾患を伴う精神疾患患者の東京都としての医療政策や、地域で暮らす場所のない精神障がい者のこと等について述べさせていただきました。最後は、皆さんとの交流の時間で家族の思いなどを聞くことができ大変参考になりました。いつも頑張っている家族の皆さん、そして第二金曜会の皆様有難うございました。

「江戸川区かたくりの会」訪問報告

都連理事 寺澤 元一

10月20日、私は、家族会訪問として江戸川区「かたくりの会」をお訪ねしました。

場所は、船堀駅のそばにある区立「タワーホール船堀」内の障害者協議室内ですが、会の活動拠点になっているそうです。会の活動は活発で、研修会、講演会、見学会などをを行い、家族の集いを通して互いに支え合う場になっておられました。

この日の集いには、十数名の方々が出席されました。冒頭、私から都連として8月末に実施した令和7年度東京都予算要望の趣旨とこれに対する都庁側の応答を報告し

ました。都庁への要請には、かたくりの会からの参加も得て、積極的にご発言いただいたことに感謝しました。現状は、まだまだ改革を要します。会の皆様からは、都への要望活動を一層強化しようとの頼もしい声をいただきました。

続いて私から、10月のみんなねっと北海道大会について報告しました。大会のメインテーマは「対話」の役割でした。大会で紹介された浦河べてるの家で行われている「当事者研究」は、当事者が仲間と一緒に自らの症状に向き合って頻繁に対話を重ねること、共に安心して暮らせるようになるという話。また、オープンダイアログも、支援者や家族が当事者と共に治療の選択肢の長所・短所について包み隠すことなく誠実に対話を重ねること、当事者が治療に心を開くようになるという話。いずれのアプローチも誠実な対話が当事者が求める安心感と治癒をもたらすという話を紹介しました。対話の効用については、皆様から「人薬(人が薬となる治療)に通じる」とのコメントを頂きました。まさに、誠実な対話や「人薬」が薬だけに頼らない地域ケアの重要な資源であることを確認しました。かたくりの会の皆様から多くのことを学ばせて頂き心から感謝申し上げます。

飛鳥会訪問（北区）

都連副会長 轡田 英夫

日時 10月26日 13時30分～15時30分

場所 滝野川会館 参加者 13名

当日は、兄弟・姉妹の関係で話を聞きたいというリクエストがあったのですが、つくし会の理事では適任者がいないため、FHMの会の増田さんにご協力をお願いしました。

今回、このテーマがあるということで、新しい参加者が数名いらっしゃいました。

まず最初に、私がつくし会の対都予算要望について話をしました。スクールカウンセラーの配置については、年35日から38日に増やしたという回答に対して、常勤化を要望しました。また、福祉手当については、所得補償は国のなすべきことと相変わらず答えていましたが、この論理はすでに破綻していますのでぜひ実現を。重度心身障害者医療費助成の二級への適用の拡大については全く考えていないとのことでした。

その他、アウトリーチ事業の充実、精神科医療の充実、精神科夜間・休日救急診療の充実、思春期における早期発見のための生徒への病気に対する理解促進、家族会活動への支援等を要望しましたが、はかばかしい回答はありませんでした。

同行したFHMの会の増田さんから感想

をいただきましたので以下にお載せします。

北区の飛鳥会に「兄弟・姉妹」としてお話してきました。飛鳥会さんも私と同じように多彩な家族の方（親だけではなく兄弟の関係など）がいて、アットホームな雰囲気が入りやすいという印象を持ちました。

私にとっては振返りができたので良かったと思っています。私が所属しているFHMの会では、当事者の側面的な支援をしており、当事者の存在が大切なこともアピールさせていただきました。

良い機会を与えていただき感謝しております。有難うございました。

ちいさなつばき

「海と 風と 雲と」

都連副会長 本田 道子

一番好きな漢字を ひとつだけ

書いてください

ある日のこと

迷わず すぐに書いた

海

子どもの頃から大好きだったところ

学校の裏山 お宮さんの裏山

水門の崖の上

見たのは

狩場山 ユーラップ岳の ふるさとの山

ふるさとの川

そして日本海

みどりの風を 身体すべてでうけとめて

いつまでも いつまでも

ながめているのが だいすきだったのだ

大人になっても やっぱり

海が だいすきだった

日本海とは ちがう海の色と 波の音

電車に乗って 眺めに行く

この頃は 飛行機にも乗って 眺めに行く

どこで見ても 青い 蒼い海と空

白い波と 水平線があるばかり

そして ちっぽけな 私がいるばかり

この青い海と

あの白い雲と

吹き渡る この風さえあれば

生きてゆける

海と 風と 流れる雲と

ほんのすこしの 勇気があれば

このコーナーは、家族会間やつくし会との情報交流の場です。より良い家族会活動のために皆様に役立つ場になりたいと思っています。載せたい情報を毎月 25 日までに、つくし会事務所に、メール (tsukushikai@chorus.ocn.ne.jp) または FAX (042-453-7534) でお寄せください。

【情報提供】 シェルター「羽ばたき」のご紹介

府中梅の木会の事業ですがどなたでもご利用できます。お困りの方ぜひどうぞ。

場所 調布駅下車 4 番のバスで第九小学校前下車(詳しいことは申込時に)

費用 午前 10 時から翌日午前 10 時まで お一人 3,000 円

日中のみの時間の利用では お一人 1,000 円 お二人 1,500 円

問合せ・申込先 野村会長 042-369-0169 090-6712-5980

小澤さん 080-5377-6740 古屋さん 070-1523-1041

設備 ベッド 寝具一式 浴室 水道 電磁調理器 鍋等有 食材は持ち込み

★ 賛助会費 ★

ちひろメンタルクリニック	5000円
田鹿医院	5000円
伊藤 千尋	2000円

★ 講演会のお知らせ ★

〇こころの相談会 白石先生を囲んで
↳ 精神科医の立場から

「ご家族、当事者の方へ」

日時 1月13日(祝)午後1時半〜4時半

講師 白石弘巳先生(精神科医)

会場 文京シビックセンター4階

シルバーホール

問合せ 文京区障害者基幹相談

支援センター ☎03-5940-2903

〇統合失調症と家族の対応

↳ 家族も元気になろう

講師 池淵 恵美先生(精神科医)

視聴方法 Youtube 動画配信

配信期間 2月1日(土)〜28日(金)

申込締切 1月25日(土)

問合せ 文京区心のふれあいをすすめる会

事務局 ☎03-3828-6517

文京区文京保健所保健サービス

センター ☎03-3821-5106

詳細は、つくし会HP「講演会・学習会の「ご案内」を」ご参照ください。

編集後記

今回の札幌での全国大会に参加する前に、旭川に寄ってきました。旭川にある三浦綾子記念文学館を訪ねたいと思ったからです。三浦綾子記念文学館は、「氷点」に描かれた家のある風景に似た場所にあります。広大な「外国樹見本林」の入り口にあります。直筆原稿、取材ノート等膨大な資料が展示してありました。

私が「三浦文学」に出会ったのは、「氷点」です。本を読み、ドラマも見ました。ドラマでの主人公の「陽子」役の「内藤洋子」がかわいかった。

三浦記念文学館は、一階では三浦綾子の生涯を紹介してありました。結核、脊椎力リエスと様々な重病を患いながら、夫となる三浦光世と出会い結婚しました。「塩狩峠」あたりから、光世が口述筆記するスタイルをとり数多くの作品が生まれました。

二人はキリスト教で固く結ばれ、文字通り夫婦としても創作活動でもパートナーとして歩みました。旭川を愛し、北海道を愛した綾子は、1999年10月に77歳の生涯を閉じました。

帰りに、旭川市博物館に寄りアイヌの歴史と文化の資料を見てアイヌに対する理解を深めました。

都連副会長 轡田 英夫