



よつば会だより

2019年 12月号

発行:NPO 法人

尾道こころネットよつば会事務局

尾道市 栗原東 2丁目 17-86

TEL・FAX 0848-37-6600

第26回「障害者週間」尾道福祉大会が、12月7日(土)に開催されます。会場は尾道市総合福祉センターで、13時開会です。大会のプログラムは例年と同じですが、開会のアトラクションで、尾道のぞみ会のみなさんがバンド演奏を行います。大会のメインとなる講演は、プロ車いすダンサーの奈佐誠司さんが、「夢を持つ大切さ！車いすダンスにもチャレンジ」という演題で行います。この大会は市民の間に障害者の福祉についての関心と理解を深めるために開催されるものです。会員の皆様の参加をお待ちします。



～より強い提言作りを目指して～ 「みんなねっと政策委員会」が始動



「みんなねっと」誌11月号の「おしらせします みんなねっとの活動」という欄に、「みんなねっと政策委員会始動」という記事がありました。「みんなねっと」は、正式名は「公益社団法人 全国精神保健福祉会連合会」で、全国の精神障害者の家族会を束ねる存在です。精神障害者が抱える様々な課題を集約し、国にその改善を求めていく活動も行っています。その「みんなねっと」が「精神保健医療福祉政策に対する当会の位置を改めて明確にして、制度政策を含め行政に働きかけられるようにします」として、みんなねっと政策委員会を再編成し、改めてスタートさせたことが、記事で報告されていました。政策委員会の第一回委員会が開かれ、そこで出されたこれからの取り組みに対する意見が記事で紹介されています。これらの政策委員会の活動への期待を込めて、その中のいくつかを紹介します。

- 現在の日本の精神科医療で大きな問題となっているのは、職員数が少ない制度になっているために精神科特例が存続し、入院中の拘束が増えていることである。これらの是正について、みんなねっとは力を尽くしてほしい。(精神科特例・精神科病院従業者の定員の特例、入院患者に対し医師数は一般病床の1/3、看護師・准看護師は2/3と規定している)
- 精神科医療に対する偏見をなくすには、統合失調症に限定されていたこれまでの精神科のイメージを改める必要がある。うつ病や認知症も精神科医療の対象になっていることに気づいてもらう。
- 現状では、本人の世話は基本的に家族が行なっている。無理になっても責任を逃れられない。公的機関が責任をもって支援を行う必要がある。
- 多くの本人は家族と同居しており、家族にとっては本人の再発時の対応が並外れた負担になっている。そして、家族は死ぬまで本人を手放すことはできない。親なき後の心配をせず、親が安心して死ねる社会になってほしい。
- 本人と家族の間には、程よい距離が必要である。

意見は23項目ありましたが、紙面の都合で精神科医療と家族にかかわるものに絞りました。政策委員会は、これから問題点の検討を進め、提言にまとめていくことになるのでしょうか。記事では「まず、精神科医療を中心とした提言を今年度末までにまとめる予定でいる」とありました。「みんなねっと」は、これまで厚労省などの聴聞会の場に出席して、意見を述べてきていますが、今回改めて政策委員会を始動させたことは、国への働きかけをより強いものにしていこうと考えてのことと思われます。精神科医療に対しては、私たちも様々な不満・不信を感じています。また、親として、家族として、安心して死を迎えることができる社会状況には、まだまだなっていないと感じています。これからの政策委員会の活動に注目して行きたいと思っています。

11月の活動報告

- 10日 当事者との交流会 (サロンよつば)
- 30日 よつば会家族教室 (市民センターむかいしま)
*「サロンよつば」は水・土にオープンしています
AM10:00～ 気軽にお越しください

12月の活動予定



- 07日(土) 障害者週間尾道福祉大会 (福祉センター)
- 08日(日) 当事者との交流会 (サロンよつば)
- 14日(土) 家族の SST (サロンよつば)



～親の思いを素直に受けとめさせるために心がけたいこと～ 厳しい指摘も気持ちを通わせていれば



「みんなねっと」誌11月号に、「つたえる・つたわる・つながる」というタイトルの記事がありました。書いているのは「みんなねっと」理事の青木聖久さんです。その記事を紹介しましょう。

「相談を受けるにあたって大切なことは、いかに相手に気持ちよく吐露していただくか。やってはいけないことは、相手が話し始めた初期の段階において、口をはさんだり、疑問を感じているような表情をしないこと。そのようにしてしまえば、あとの言葉が、一切相手に伝わらなくなってしまうのです。では、どのようにすればよいのか。それは『あなたの味方』という姿勢を伝えることです。以前、ある新聞の人生相談のようなコーナーに、1人の投稿者からの相談が。内容は、突っ込みどころ満載の、投稿者自身に多くの課題が見て取れるものでした。ところが回答者は、最初に投稿者をしっかり受け止め、さらに、ねぎらっていたのです。そこには、『あなたの味方だから』と言わんばかりのメッセージが。が、言うまでもなく、後半には厳しいコメントのオンパレード。でも私は、厳しい文章を含めて、不思議と親和性をもってその記事を読むことができたのです。それは、回答者が味方だと伝わることによって、すべての言葉が優しく感じられたのです」



この記事を読んで、私は学生時代のある体験を思い起こしました。教員資格取得に必要な教育実習を、ある小学校で受けていたときのことで。教室で授業を行



い、その後で指導教官から講評をうけます。60年近く昔のことで、指導教官の名前も内容も忘れてしまっていますが、講評の際に受けた思いはいまだに覚えています。指導教官の話が始まりました。当然のこととして厳しい指摘の連続となることを覚悟していたのですが、なんと意外なことに、ほめることから始まったのです。何点かほめられて、次第にうれしい気分になってきました。そして、いよいよよくなかったことの指摘です。次から次へと並べたてられたのですが、その指摘を抵抗なく受け止めることができました。自分でも不思議なほど素直に指摘を聞くことができました。これがよくないことの指摘から始まっていたら、そのあとでほめられてもうれしい気分にはなれなかったでしょう。指導教官に見事に乗せられたということに過ぎないのかもしれませんが、なぜか妙に心に残り、時々思い出しています。

青木さんの記事を読んで、教育実習のことを思い出したのは、青木さんの記事の最後にあった「全ての言葉がやさしく感じられた」というところからです。青木さんの記事では「相談の回答者が味方だと伝わる」ことによって「すべての言葉がやさしく感じられた」ということですが、私の体験では、緊張し構えていた気持ちを



ほめることでほぐしてくれて、素直な気持ちでその後の話を聞くことができたということでしょう。この二つの事柄は、話しかける相手に、厳しい指摘をしてもそれを素直に受け止めさせているという事例です。



もう一つ事例を紹介しましょう。テレビで放送されていたのですが、卓球女子の平野美宇さんは、お母さんから指導を受けていました。お母さんは美宇さんに修正しなければならないことを伝えるときに、まず、3つほめてから1つ叱ることを続けたそうです。放送では詳しい内容まではなかったのですが、3つほめて1つ叱るということは、お母さんは常に美宇さんのほめるところを意識して見つけ続けていたからできたことでしょう。同じことを繰り返し使ってほめるのでは、ほめることにはならないと思うからです。

よつば会だより先月号の「ときには親も子供に厳しく」という記事の中で、「厳しい言葉の投げかけは、一つ間違えるとさらに難しい状況を生み出す恐れがある」と書きました。では、どのようにすればいいのかの答の一つとして、今回の記事を書いてみましたが、皆さんにはどのように感じられたでしょうか。(N.T)