



よつば会だより

2016 年 1 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

新しい年を迎えて

尾道こころネットよつば会

理事長

谷口

憲秋



明けましておめでとうございます。よつば会も発足以来7回目の新年を迎えました。この年が安心の年となることを、そして、よつば会の活動が当事者・家族の皆様になんげでも役に立つものになっていくことを願っています。

昨年のよつば会の活動を振り返ってみます。全体的にはグループホームの運営、家族教室・家族の SST の開催、当事者との交流会など「サロンよつば」の活動と、例年とあまり変わらない年でした。しかし、新しい動きもありました。自分のことで恐縮ですが、私が今年度から広島県精神保健福祉家族会(広家連)の理事になりました。そのことで広家連の動きを詳しく知ることができるようになり、これからのよつば会の家族会活動を、広家連の目指す方向に重ねていくことで、活動の意義を大きくすることができそうです。また、理事になったことで昨年7月に広島市で開催された SST 普及協会の全国大会でパネリストとして話す機会を与えられ、その時の話を通して、岩国市のいい病院の方4名がよつば会の「家族の SST」を見学にくられるという、思いがけない交流の場を持つことができました。10月には尾道市社会福祉課障害福祉係との話し合いを持ちました。11月には大崎上島町の「家族のつどい」で、よつば会の活動について話をする機会を与えられました。これら新しい動きから、よつば会のことをかなり広く知ってもらうことができた一年だったと感じています。しかし、名前だけ知られるのではなく、活動の中味が充実していて他の地域家族会の参考になると言われることを通して知られることが、本当の意味で知られることでしょう。今年度は会員の皆様のご協力ご支援をいただきながら、より中味のあるよつば会活動にしていきたいと思っています。

「障害者週間」尾道福祉大会が開催

～参加者の少なさが気がかりに～



「障害者週間」尾道福祉大会が、12月7日に総合福祉センターで開催されました。会は開会アトラクションから始まりました。まずは尾道市障害者福祉センターの「楽しむハーモニカ教室」の皆さんによるハーモニカ演奏、「ふるさと」他3曲が演奏されました。続いて「尾道のぞみ会・ルーリーズ」によるバンド演奏、「ルーリーズ」は昨年愛知県豊橋市で行われた「とよはし音楽祭」で最優秀演奏賞を受賞したとのこと。リズムに乗った迫力ある演奏で場内を沸かせていました。続いて市長挨拶、来賓祝辞、当事者意見発表があり、そしてメインの講演、よつば会だより12月号で紹介した堤友彦さんと母親の恵子さんの「トーク&ライブ」だったのですが、恵子さんが体調不良でこられなくなり、友彦さんのライブ仲間とのライブとなりました。友彦さんは目が不自由なのですが、シンセサイザーを左手で見事に演奏し、そして歌唱力も確かで、また仲間との会話のやりとりの中で見せた笑顔にも引きつけられ、楽しいひと時を過ごしました。しかし、お母さんの恵子さんが参加してくれていたら、母親としての思いのこもった話も聞けたのではないかと、ちょっぴり残念でした。最後に、よつば会の谷口理事長による閉会の挨拶がありました。その中で「この福祉大会は多くの市民の皆さんに、障害者のことを知り理解してもらう大きな機会なのに、その一般市民の皆さんの参加が少ない。来年はもっと多くの市民の参加を実現して欲しい」と、障害者の親としての願いを込めて締めくくっていました。

12月の活動報告

- 07日 障害者週間尾道大会 (総合福祉センター)
- 13日 当事者との交流会 (サロンよつば)
- 21日 家族の SST (市民センターむかいしま)

1月の活動予定

- 10日(日) 当事者との交流会 (サロンよつば)
 - 27日(水) 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」は週2日、水・土曜日にオープンしています。
AM10:00～PM3:00 です。気軽にお越しください。



～市障害福祉係の職員を迎えて～ 「よつば会家族教室」を行いました



11月27日に「よつば会家族教室」を行いました。参加者は15名、親子で初参加の人もありました。また、10月29日の市の障害福祉係との話し合いの中で、家族教室を見学して欲しいとお願いしたことを受けて、係の職員1名が見学に来てくれました。そのこともあって参加者の皆さんに、自己紹介をかねて「精神疾患の家族を抱えて苦しかったこと」を話してもらいました。「体調の波が大きく、幻聴が激しくなったときなどは対応が大変だ」、「一つの薬以外は拒絶していて、それでいいときもあるのだが、悪くなると家で大声を出したりして大変。半ばあきらめている」、「入退院を繰り返しているが、なかなかいい主治医に出会えない。医師の話し方で状況も変わると思うのだが……。入院させているのも苦しい」、「以前は就労していて意欲もあったが、辞めて2年、今は前向きな意欲が全くなく、毎日何もしないで過ごしている。どうしたら意欲が湧いてくるのだろうか」など、解決するのが難しい苦しさ、次々と話されました。その後初参加の親子の方にも状況を話してもらいました。その後はいつものように自由な話し合い、その中で障害福祉係の職員に対する質問も出て、丁寧に応えてくれていました。今回、係の職員が参加してくれたことは、とてもいいことだと考えますが、家族の苦しさをどの程度受けとめてもらえているかは気になるところです。

話は変わりますが、今回の家族教室の翌日、11月28日に、広家連が試験的に行っている「家族による家族学習会」の見学に府中町まで行ってきました。この「家族による家族学習会」は、NPO 法人地域精神保健機構・コンボ（精神障害者向けの月刊誌「こころの元気プラス」を発行しているところ）が行っている事業で、統合失調症等の精神疾患を患った人の家族を「参加者」として迎え、研修会で実施方法や心構えなどを習得した同じ立場の家族が「担当者」としてチームで運営・実施する、小グループで行われる体系的なピアサポート・プログラムです。コンボは「家族による家族学習会」を全国に広めようと事業を展開していて、広家連も取り組みを進めようと今回試験的に学習会を実施することになりました。

学習会は5回シリーズで行われます。私が参加したのはその3回目でした。学習会はコンボが発行している「統合失調症を知る心理テキスト家族版・じょうずな対処、今日から明日へ」という冊子（サロンよつばにも置いてあります）の読み合わせから始まり、その後で参加者から、書かれていた内容に関わる体験や疑問などを出してもらい、それに対して担当者から説明やアドバイスを出していくという形で進められました。例えば、この日は「病気のプロセスについて知りましょう」というテーマのところの読み合わせでしたが、その中で統合失調症の経過として、急性期、消耗期（休息期）、回復期があるという記述に対して、参加者から「私の子どもは今の時期なのか判断がつかない。急性期を何回も繰り返しているようにも思える」という疑問が示され、それに対して担当者がいろいろ話していただきました。

私が見学に行ったのは、よつば会家族教室の参考になるかと思ってのことですが、やはり学習会であり、どこか違うなと感じました。よつば会家族教室は、よつば会会員を中心に月に一度集まって話をする場で、その中で学習する一面はありますが、自由に話し合うことでお互いの気持のつながりを持ち合う場になっています。しかし、テキストの読み合わせをしてその内容に関わることで話し合いを進めることは、話の方向が大きくなりすぎるのが無く、そういう進め方もいいなと思えるところがありました。よつば会でも取り入れてみようかと考えています。（N.T）