



よつば会だより

2016 年 7 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

6月23日から24日にかけて広島県でも大雨が降り、福山市では広い範囲で市街地が冠水する騒ぎとなりました。中国地方の梅雨明けは予報では7月21日頃と報じられていますが、まだ3週間を残しています。6月末のような降雨が7月に入っても続くと、大きな土砂災害や洪水の恐れがあります。大規模土砂災害として記憶に新しいのが、一昨年の広島市安佐北区で起きて74名の死亡者を出した災害です。これは8月20日でした。近年の異常気象は梅雨が明けても油断できないようです。心配ばかりしていても仕方ないのですが、いざというときに備えた準備はしておきましょう。



「よつば会家族教室」のご案内

7月27日(水)に、本年度第一回の「よつば会家族教室」を開催します。会場は尾道市民センターむかいしま、2階の研修室1です。開始時刻は13時30分です。今回も市の広報に案内の掲載を依頼しています。精神障害者を抱える家族の方が、市の広報を見て家族教室に参加してもらうことが、家族教室開催の目的の一つです。精神障害者の家族が、しんどい状況にありながらも、お互いが支え合い明るく頑張っていることを、一人でも多くの家族に知ってもらいたいという思いからです。多くの方の参加を期待しています。

「もっと私の気持ちをわかって欲しい」

～いっそう求められる当事者に寄り添うところ～



よつば会だより先月号で、精神の病気を抱えた当事者に、その家族に対する希望を聞く調査について報告しました。希望のトップは「もっと私の気持ちをわかって欲しい」でした。このことについてもう少し考えてみます。

私たちは様々な人間関係の中で生活しています。そして、コミュニケーションを通して周囲の人たちへの理解を深めています。しかし、私たちが相手を理解するのは、多くの場合自分の体験を通してです。例えば、相手から苦勞話を聞かされたとき、自分も同じような体験をしていると深く理解できますが、体験がないと表面的な理解に終わってしまいます。精神の病気への理解も同じでしょう。統合失調症の人から、幻聴がうるさくて困っていると言われたとします。しかし、幻聴を体験したことのない人には、幻聴そのものが理解できないでしょう。長年精神の病気を抱えた子どもと接してきている家族でも、本を読んだり当人の話を聞いたりして、幻聴という症状があるのだとまでは理解できても、幻聴によってどのような気持ちになるかまでの理解は、なかなかできません。また、統合失調症を抱えた人は、作業所の作業などで根気が続かないという話をよく聞きます。健常者から見れば、一見元気そうなのに何でこれくらいのことが続けられないのかと不思議に思われたりするのですが、当事者は続けようと思ってもどうしても続けられないようです(このような時の当事者の状況を表現しようとしたのですが、経験のない私には言葉が浮かびませんでした)。

このように書くと、精神の病気を体験していない人は、精神の病気のことを理解できないということになってしまいますが、確かに理解が難しいところはあります。しかし、「もっと私の気持ちをわかってほしい」という希望は、「そうした理解の難しい病気を抱えた私の気持ちをわかってほしい」ということだと思えます。気持ちの動きは誰しもが体験してきているでしょう。ほめられたとき、無視されたとき、腹が立ったとき、そうしたときどのような気持ちになるかは理解できると思います。ですから、当事者の気持ちを汲み取ろうと努力すれば、かなりのところまでできるはずです。そこにフィルターがなければ.....

6月の活動報告

- 12日 当事者との交流会 (サロンよつば)
- 25日 家族の SST (市民センターむかいしま)

7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) 家族教室 (市民センターむかいしま)





“親なきあと”に備えて ～問題点を整理し支援制度を利用する～



メンタルヘルスマガジン「こころの元気プラス」の6月号に、「親なきあとに備える」というテーマの特集記事が組まれていました。この「親なき後」という言葉は、精神障害の子どもを抱える親の最大の不安として、これまでいろいろな場面で耳にしてきた言葉です。しかし、最近になってこの言葉が「親あるうちの自立を目指して」という一歩前向きな表現に変わってきました。「こころの元気」の特集は「親なき後」という表現になっていて、当事者が親をなくした後どうだったかというレポートも多くありますが、親が元気なうちにしておきたいことにも多く触れています。特集記事は20頁に亘っています。その中から2つの記事を紹介します。

その一つは親をなくした当事者からのレポートで、全文を紹介しします。タイトルは「親に感謝」です。

「親を亡くし3年目の50歳続失男性です。この3年間で痛感したのは、生活にはお金がかかるということです。日常の費用の他、固定資産税、墓地の管理料、家屋の修繕、家電の修理などさまざまな出費が生じます。障害年金2級とアルバイト収入では足りず、少しばかりの遺産を取り崩しながら生活しています。資産と住む家を残してくれた親に感謝しています。生活面ではいろいろ便利なサービスがあります。具合が悪いと買い物にも行けないので、電話・ネットで注文できて障害者割もあるスーパーの宅配サービスを利用しています。食事は何とか自炊もできるのですが、週3回給食宅配サービスを利用しています。また障害者が契約者本人だとNHK受信料、携帯電話料金等の免除や割引が受けられます。

家族をなくした直後には、しなければならないことがいっぱい出てきます。戸籍、住民票の訂正、年金の停止、公共サービスの契約人変更、不動産や株、預金の名義替えなどなど。葬儀社が必要な手続きやその窓口をまとめた小冊子をくれたので、とても助かりましたが、全部やり終えるのに半年近くかかりました。不動産登記は司法書士に頼むと高額が発生します。少し面倒ですが自分でやりました。役所でも金融機関でも窓口の対応はとても親切で、不明な点もていねいに教えてもらえました。その点はあまり心配いらないと思います。父が終活をしっかりやってくれていてとても助かりました。預金通帳、年金証書、不動産登記簿等は全部整理して一ヶ所にまとめてあり、死後連絡すべき人・団体等のリストもできていました。葬儀の手順も生前に決定されていました。また、しっかりものの従兄に私のことを頼んでいてくれました。親が終活をしっかりし、少しでも資産を残してくれると、残された子はとても助かると思います」

もう一つは社会保険労務士・就労継続支援事業所理事長の藤井悌一さんの「親なき後にどのように備えるか」というテーマの投稿記事です。かいつまんで紹介しします。

「親なき後の様々な問題への対応策ですが、たくさんの対応や制度があります。これらを全て理解した上で独力で対応しようとするのは、多くの場合難しいです。市町の基幹相談支援センター、地域の相談支援事業所、社会福祉協議会等の支援機関に相談をしましょう。しかし、相談する前にやっておいてほしいことがあります。親亡き後の自分の問題点を整理してみる。どのように生きていきたいか、考えをまとめてみる。相談者(当事者・親)の状況をまとめておく。資産の現状(不動産、預金、株式、マイナスの資産である借金等)を書き出してみるなどです。どのような対応や制度があるかですが、生活保護、生活困窮者自立支援制度、成年後見制度、日常生活自立支援制度、障害年金、財産信託などです」

記事には制度の簡単な説明がありますが、省略しました。別の機会にお伝えします。(N.T)