



# よつば会だより

2017 年 2 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

2月、一年で最も寒い時期です。それでも我が家の庭の紅梅は少しずつ開花が始まっています。「梅一輪 一輪ほどの 暖かさ」蕉門の十哲の一人、服部嵐雪の句です。解説には「寒梅が一輪咲いた。まだ寒い冬だが、梅一輪ほどの暖かさは感じられることだ」とありました。白梅の蕾も膨らんできて、寒い中にも春の兆しを感じさせます。寒波の襲来もまだ何度かあると思われませんが、やがて桜の季節も訪れます。尾道の寒さはさほど厳しいものではありません。寒い寒いと口にしていくうちに、春を迎えることになるでしょう。



## 「よつば会家族教室」を振り返る

～市の家族教室の中止を受けて5年近くに～



よつば会教室の第一回は、平成24年9月1日に開催しました。よつば会だより平成24年8月号に、家族教室開催のねらいを次のように書いています。

『家族教室のねらいは、精神障害者の家族同士が自分の抱えている悩みや不安を話し合い、その中で統合失調症などの病気、当事者への対応の在り方、社会資源などについて学び合おうというものです。同じ思いを持った仲間同士のつどいですから、安心して語り合えます。そして、悩みや不安を語っていけば、仲間との共感の中で多くの学びができます。よつば会では、あまり外とのつながりを持っていない家族の方が、尾道にもかなりおられるのではないかと推察しています。そのような方が、まず外とのつながりを持つきっかけとなる家族教室になれば、と思っています』

何故「よつば会」が家族教室を始めようと思ったのか、その経緯を振り返ってみます。それまでは尾道市の障害福祉係が、毎年家族教室を開いていました。年に一度3回シリーズの開催でした。平成24年の1月から2月にかけて開かれた「市の家族教室」に、私も参加してみました。参加者は家族の方の15名前後だったと思います。初日は精神科医師の統合失調症についての話、2日目は精神保健福祉士による当事者への関わり方、3日目は相談支援専門員による精神障害福祉についての話でした。

参加して感じたことは、参加者の自己紹介もなくいきなり講話に入り、参加者同士の気持のつながりもないままの3日間だったということです。これでは講師が、参加者がどういう状況を抱えていて、何を求めて参加しているかが分からないままに、一方的に説明するだけの家族教室になっていると思いました。それともう一つ、例えば当事者への関わり方なども、理解を深めるにはかなりの時間が必要なことです。理解したつもりでも、いつの間にか EE(感情表出)の高い接し方をしていたりするものです。病気の理解もなかなかできるものではありません。そうした理解を少しずつでも深めていくためには、継続した家族教室が必要だと思いました。そこで考えたのが、よつば会で家族教室をしようということでした。そのベースには尾道の精神障害者施設・瑠璃の屋形の職員に、平成18年頃から開いてもらっていた、瑠璃の屋形利用者の家族を対象にした「家族の SST」がありました。月に1回開いていました。私も参加しましたが、毎回学ぶことの多い会合でした。学んだことのひとつが、家族は多くの思いを抱えていて、1ヶ月の間に話したいことが溜まってきていて、毎回参加していても話が尽きない人が多くいるということでした。そこで、集まって話をするだけの家族教室になってもいいと考えて、「よつば会家族教室」を始めました。家族の SST も重ねると、月に1回の開催となっています。小さな営みですが、これからも続けていくことにします。(N.T)

### 1月の活動報告

- 08日 当事者との交流会 (サロンよつば)
- 25日 よつば会家族教室 (市民センターむかいしま)

### 2月の活動予定

- 12日(日) 当事者との交流会 (サロンよつば)
- 22日(水) 家族の SST (市民センターむかいしま)





## 訪問による当事者・家族支援を ～行動療法的家族支援をシステム化して～



「みんなねっと」誌の昨年12月号に、11月に開かれた国の社会保障審議会障害者部会における議事内容の報告記事がありました。主な議事内容は「障害者福祉計画及び障害児福祉計画にかかる基本指針の見直し」に関わったもので、基本指針の見直しのポイントは、① 地域における生活の維持及び継続の推進 ② 精神障害に対応した地域包括ケアシステムの構築 ③ 就労定着に向けた支援 ④ 障害児のサービス提供体制の計画的な構築などでした。これらのポイントの検討内容の報告はありませんでした。全国精神保健福祉会連合会(みんなねっと)が、全国の家族会の代表として国に対して意見表明を行っていることに、期待を感じています。この記事の後半に「みんなねっと」から次のような補足意見を提出したという報告がありました。関心を引く内容なので、次に紹介します。

『家族支援の取り組みと啓発教育を「みんなねっと」ではその設立以来様々な家族支援の取り組みをしてきた。家族の実態を知るため全国の家族会を対象に家族調査を行った。調査結果によると本人が初めて精神科を受診したとき、9割に上る家族が精神疾患に関する知識に乏しく、情報から孤立している。また、根強い偏見が残る社会から孤立し、支援が必要にもかかわらず、支援  
 家族が抱  
 活動が計画に反映されてこそ意味がある。そこ  
 を含む家族全体を支援する技術(行動療法的家族療法)の実践が必要不可欠と考える。とりわけ、医療アクセスの状況が厳しい、未治療者、治療中断の中にある本人の回復には、単に福祉だけでなく医療をふくめた多職種での、家族を一体にとらえた支援が効果を発揮すると思われる。行動療法的家族支援のシステム化を強く望みます』

補足意見の後半では、9割に上る家族が精神疾患に関する知識に乏しかったという実態をふまえて、啓発教育の必要性に触れていますが、ここでは省略します。

先月号のよつば会だよりに、「家族の力で ACT の立ち上げを」という小記事を掲載しました。ACT と補足意見で述べている「行動療法的家族支援」とは、理念的なところも含めて、かなり共通するところがあるように思えます。訪問による支援であること、家族全体を支援する取り組みであることなどです。補足意見で取り上げている「医療アクセスの状況が厳しい未治療者、治療中断の中にある本人の回復」は大きな課題です。こうした本人たちへの介護は、多く場合家族が担っています。



現在の高齢化社会における高齢者介護への対応は、まだまだ課題はあるものの、かなり進んでいます。その一つが、地域包括支援センターの存在です。地域包括支援センターは、認知症、寝たきり高齢者の介護上の問題、老々介護への援助などの、高齢者介護にかかわるあらゆる問題に対し相談に応じています。そして、ヘルパーや訪問看護などの派遣に、また、デイケアや施設入所などへの支援につないでいます。高齢者の介護については、まずは地域包括支援センターに行って相談しようという、地域住民の認識がかなり定着してきています。高齢者介護のシステム化がかなり実現していると言えるでしょう。この地域包括支援センターの設置も、国が設置を定めていることで実現しています。行動療法的家族支援も国がその必要性を認識し、その拠点となる制度や組織作りを進めることが必要です。私たちの周囲にも、行動療法的家族支援ができるようになると、どんなに助かるだろうかと思える当事者・家族の方が多くいます。1日も早い実現を期待します。(N.T)

