



# よつば会だより

2021年9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

今年の8月は多くの人の記憶に残る月になりました。まずは新型コロナウイルスへの感染拡大です。27日には、緊急事態宣言が21都道府県、蔓延防止等重点措置の適用が12県となるなど、コロナワクチン接種がかなり進んでいるにもかかわらず、感染の増加が続いています。お盆の帰省も自粛を求められました。コロナ以前の状態に早く戻ってほしいのですが、その見通しが語られることは今のところありません。そして、12日ごろから2週間近くまるで梅雨が戻ってきたような長雨が続き、日本国内のあちこちで、床上浸水や土砂災害警報のニュースが流れていました。異常気象の一環と思われます。そんな中で気持ちが救われたのは、東京オリンピックが1年遅れながら開会し、13日に何とか無事に閉幕したことです。日本が過去最多の金メダル27個獲得の大活躍だったことも後々語り継がれることでしょう。オリンピックが開催できてよかったという気持ちが湧いてきました。



## 早い再開が望まれる「よつば会家族教室」



先月27日から、広島県にも「緊急事態宣言」が適用されることになり、尾道市にも宣言措置が適用されることになりました。それに伴い、28日に市民センターむかいしまに会場を予約していた「よつば会家族教室」も会場が使用禁止になり、やむなく中止せざるを得ませんでした。まさにコロナ禍の一つということでしょう。今年に入って8月までの8か月で、「家族教室」・「家族の SST」を開催したのは、1月の家族教室、4月の家族の SST、7月の家族教室の3回だけです。その3回のうちの1つ、1月の家族教室は福山平成大学の研究調査への協力ということで、アンケート結果などに時間を使い、家族教室とは離れた中味で終わっています。

家族教室の開催は、昨年までは尾道市の広報に開催案内を掲載してもらっていたのですが、市民センターむかいしまの会場使用が不安定なことから、今年は市の広報への掲載は依頼していません。家族教室への参加の事前申し込みは必要ないとしているからです。市の広報への案内掲載は、精神の病を抱えた当事者で、障害福祉サービスにつながっていない人が、まだまだ尾道市にもいると思われることから、その当事者の家族の方によつば会家族教室に参加してもらって、障害福祉サービスにつながるきっかけにもらえればと思つてのことです。「よつば会」の家族教室は平成24年から始めました。それまでは尾道市の障害福祉係が年に一度3日間の家族教室を行っていたのですが、なぜか行われなくなりました。そのため、よつば会で家族教室を開催しようと始めてから10年になりますが、毎年、市の広報を見てよつば会家族教室に参加したという方も6名前後ありました。この、障害福祉サービスにつながっていない人に一人でも多くよつば会家族教室に参加してもらいたいという思いは今も変わらず持ち続けています。そこで7月は会場を「サロンよつば」にして家族教室を行ってみました。行ってみたというのは、私は両耳補聴器を使用しています。なぜかサロンよつばの部屋は会話が聞き取りにくいのですが、両耳の補聴器を4月に新調したこともあって、新しい補聴器で家族教室の会話がどの程度聞き取れるか試してみようという思いもあっての、サロンよつばでの家族教室でした。しかし、結果は残念ながら、「市民センターむかいしま」の部屋で行った時と比べて、かなり会話の聞き取りが難しい状況でした。また、「サロンよつば」は、その場所が市の広報の案内では皆さんに伝えにくいこともあって、家族教室を行うことは難しいとなりました。そうすると、市民センターむかいしまが利用できるようになるのを待って家族教室を開催するしかないのですが、現状の新型コロナウイルスへの感染状況を見ると、開催はかなり先になりそうですが、早い時期での再開を望みながら、皆さんのお越しを待ちたいと思います。(N.T)

### 8月の活動報告

28日(土)に予定していた「よつば会家族教室」は広島県の蔓延防止等重点措置のため、会場が使えなくなり中止としました。

### 9月の活動予定

今月も新型コロナウイルスの目途が立たないため活動予定は決めていません。

\*「サロンよつば」は毎週水・土にオープンしています

10:00～ 気軽にお越し下さい





## ～余裕を持って、当事者と接するために～ 親も心の疲れを軽くしましょう



(その二)

「よつば会だより8月号」に、「親も心の疲れを軽くしましょう」というテーマで文章を掲載しました。 どうしたら心の疲れを少しでも軽くできるかという内容で、散歩や草取りなど何かに気持ちを向けることや、安心して話せる人とおしゃべりをするなどを書きました。しかし、精神の病の当事者を抱える親には、散歩やおしゃべりでは気分の落ち着きが作れない重たい苦しさを、長年持ち続けている方もおられるでしょう。そこで、8月号の続編として親の心の疲れに対して、もう少し踏み込んで考えてみます。

親の心の疲れは言うまでもなく、当事者の現状や将来への不安から、心の休まらない毎日が続くことによって生じています。当事者の病気の状況がよくなり、親と普通に会話を交わすようになり、将来のことを考えて行動を起こすようになれば、親の疲れもどこかに吹っ飛んでしまうでしょう。しかし、精神の病はなかなか状況がよならず、親がいくら一生懸命に当事者のためにあれこれ気を遣って努力をしても、当事者が親の期待に応えるような変化を示すことは、なかなかありません。例えば当事者がせめて作業所に通って、人との交わりや生活のリズムをつくることをやってくれればと親が思っていて、時にはそのことを言葉にして話しかけても、一向に話を受け止めようとせず、相変わらずの毎日を送っているという親の嘆きを、よく耳にしてきました。このような状況が続くと親も疲れます。そうした親に考えてほしいことが、「親は当事者に対してどこまで関わりきらなければならないのか」ということです。「よつば会だより令和2年9月号」に書いた「精神障害者相談事例集」で見つけた文章を再掲します。

「家族が一生懸命に頑張って当事者への対応をしていますが、親の力には限界があります。しかも、本人との距離も近いので、とかく冷静な判断が難しくなります。そこで福祉サービスを利用したいと思っても、本人から必要ないと言われれば、何もできなくなります。家族にも本人にも、困ったときにいつでも相談に乗ってくれて、一緒に考えてくれるような人が必要だと思います」

当事者に対して自分が何とかしようという気持ちは、全ての親が持っていると思います。しかし、上の文章にあるように、親子の場合、相互の距離が近いことや、また、親も高齢化が進んでいることから、当事者を何とかしようと思ってもできないという状況にもなっています。そのようなときに望まれるのは、家族にも当事者にも困ったときにいつでも相談に乗ってくれて、一緒に考えてくれるような人です。福祉サービスを利用している当事者の場合は相談支援専門員につながっていますから、親の悩みや不安を専門員に相談してみることです。専門員に親の悩みや不安を相談するのはどうなのだろうかと思っている人もいるかもしれません。しかし、親が当事者のケアが難しくなるということは、同時に当事者の生活が今後どうなるのかという問題に直結します。相談員も親の話を聴いて一緒に考えてくれるのではないのでしょうか。また、障害福祉サービスにつながっていない当事者の場合、尾道市の障害者相談窓口「障害者サポートセンターはなはな」で相談することができます。これらのところで親自身が相談を受け止めてもらえれば、当事者の将来に向けて、いろいろと手立てを考えてくれることになると思います。そうすると、一気にはいきませんが、親も大きく安心できる状況につながり、疲れも和らぐことになるでしょう。親が、自分で当事者を何とかしなければと思い詰めるのではなく、支援者に相談することを考えてください。その相談を行っていく元気だけは持ってください。(N.T)