



よつば会だより

2018 年 3 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

3月、待望の春を迎えます。2月の前半は寒かったですね。よつば会だより2月号に、紅梅・白梅が蕾をふくらませていると書きましたが、その紅梅が開花したのが2月18日でした。白梅は21日でした。昨年のメモ記録を見ると、紅梅が1月13日に、白梅は2月6日の開花でした。1月下旬から2月前半にかけて西日本を寒波が襲い、梅の開花を遅らせたのでしょう。しかし、2月の下旬に入り気温が平年並みに戻り、梅もやっと安心して花を開く気になったようです。桜の開花予報も出ました。春の彼岸も間近です。やっと一息ですね。



障害認定にかかわる 「医師の診断書」について



「みんなねっと」誌に「事例から見る精神障害者の障害年金の実際」と題した連載記事が掲載されています。著者は社会保険労務士の白石美佐子さんで、2月号で11回目となっています。1月号の内容が、障害認定を受ける際に提出する「医師の診断書」にかかわるもので、参考までに白石さんの文章の一部を紹介します。

『障害年金を受けるためには、診断書の裏面の「日常生活能力の判定と程度」のチェック欄がとても大切です。どの欄にチェックが入るかで、障害年金が受給できるかどうかの分かれ道になってしまいます。この「日常生活能力の判定と程度」については、正直、主治医のさじ加減といっても過言ではありません。チェック項目は次の7項目です。①適切な食事、②身の清潔保持、③金銭管理と買い物、④通院と服薬、⑤他人との意思伝達および対人関係、⑥身の安全保持および危機対応、⑦社会性。この7つの項目について、診断書に「単身で生活するとしたら可能かどうか判断してください」と小さな赤字で記載してあります。支援が常態化した環境下で日常生活が安定した状態であっても、単身で支援がなければどうなのかを判断する必要があります。例えば、適切な食事について、単身であるなら、食材を自分で買いに行き、食事を作り、配膳後、食器なども洗うまでの一連の作業ができるかで判断する必要があるとして、診断書を記載する医師もいれば、目の前に出されたパンを食べることができるというだけで「できる」と判断する医師もいます。また、金銭管理についても自分で買い物に行き、商品の値段は妥当かどうか判断できるかまでを考える医師と、単に自宅近くのコンビニへ歩いていくことができるから、「できる」と判断する医師もいます。患者の訴えに耳を傾け、そして、治療だけでなく生活全般についても配慮してくれる医師が、本当の名医だと私は感じます。多くの方が、身近な名医に出会うことを心から願ってやみません』



～温泉と食事とおしゃべりを楽しむ～ 当事者との交流会を行います



毎月第2日曜日に行っている当事者との交流会(昼食会)を、今月は御調の「尾道ふれあいの里」で入浴と食事を楽しむ会として下記の要領で行います。会員の皆様の多数の参加をお待ちしています。

記

- 日 時 平成30年3月24日(土) ○ 行 先 尾道ふれあいの里
- 集合場所 瑠璃の屋形駐車場 9時30分集合 (帰着は15時頃の予定)
- 参加費 家族 2,000円 当事者 300円 (当日徴収します)



*瑠璃の屋形からは車に分乗して出かけます。配車計画のため、参加希望の方は3月17日までによつば会事務局(☎37-6600)までご連絡ください。

2月の活動報告

- 11日 当事者との交流会 (サロンよつば)
- 16日 家族の SST (市民センターむかいしま)

3月の活動予定

- 24日(土) 当事者との交流会 (尾道ふれあいの里)
- 31日(土) よつば会家族教室 (市民センターむかいしま)





～手探りで始めて3年半、20回を重ねる～ よつば会「家族の SST」を振り返って



よつば会の「家族の SST」は、平成26年8月に第1回を行いました。それまでは、当時「はなはな」に勤務していた西川浩司さんに、よつば会会員を対象に月に1回「家族の SST」を行ってもらっていたのですが、西川さんが平成26年4月に転勤になり、3月を最後に中止になりました。西川さんの「家族の SST」は、西川さんの精神障害者支援の豊富な体験を通してのアドバイスに、うなづくことが多くあり、学ぶことができたという実感を毎回持つことができて、参加するのが楽しい SST でした。

西川さんの「家族の SST」に参加していたときのメモから、心に残った言葉をいくつか紹介します。

- 子どもが外とのかかわりが無いという親の不安に対して「人に会いたくないときもありますよ。本人はいろいろ考えているはずですよ。待つ姿勢も必要でしょう」
- 子どものことをあれこれ心配するのは、かえって子どもを束縛することにもなります。
- 親として何もしないのも選択肢の一つ、親に対しては反発が伴うから。
- 言葉を飲む。10言うところを9に。言い過ぎたと気づくのもいいな。
- 待つ。よくなる 때가来る。情報提供ぐらいで静かに待つ。
- 親が言うよりは、他の人からの話の方がより受けとめられる。
- 自分が興味のあることへは動く。押しつけられることには反発する。
- 親からの信号を子どもは見事にキャッチしている。子どもからの信号を親はフィルターをかけて受けとめてはいないか。
- 子どもを変えようとするよりも、自分が変わろう。
- 妄想、自分の歴史の中の一部になっている。(妄想が事実になっている)

以上、西川さんの言葉のほんの一部ですが、こうして並べてみると、一つひとつに深い意味のあることに、改めて気づかされます。そうした学びのある SST だったのですが、それが中止になり寂しい思いをしていたよつば会会員の間から、自分たちで「家族の SST」をやろうという声が上がりました。そこで、西川さんのようにうまくはできそうにないが、とにかくやってみようということになり、平成26年8月に、よつば会の「家族の SST」をスタートさせました。以来、2ヶ月に1回の開催を続け、今年の2月で20回目の開催となりました。そこで、この辺りでよつば会の「家族の SST」を振り返ってみることにしました。まず浮かんでくるのが、SST がどこかに行ってしまうって、参加者の自由な会話で終わってしまうことが多いことです。SST は Social Skills Training の頭文字を取ったもので、日本語では社会生活技能訓練といわれています。本来は精神障害を持つ人たちを対象に、人とのかかわりをより適切で効果的に行うことができるように練習するものです。しかし、「家族の SST」と家族がつけば、精神障害者の家族が、どのように当事者を理解し、どのように関わり方を変えていくことが必要であるかなどを学び、練習する場となるでしょう。その練習として取り入れられるのがロールプレイという技法です。しかし現状、この学び、練習するという本来の目的のところに行く前に、雑談会の状況で会話が続き、時間がきて終了となることが繰り返されています。自由な会話もそれなりに意味のあることと考えてはいますが、そろそろ本来の SST に近づけていくようにしなければと思っています。そこで4月の SST では、どうしたら本来の「家族の SST」に近づけることができるかを、皆さんと一緒に考えてみたいと思っています。